

معًا من أجل حياة زوجية سعيدة

فن التعامل مع

الزوج العنيد والزوجة العنيدة

د. ياسر نصر
مدرس الأمراض النفسية
والإستشارى التربوى



د. ياسر نصر

مدرس الأمراض النفسية

والاستشاري التربوي

اسم الكتاب: فن التعمل مع الزوج العنيد والزوجة العنيدة

اسم المؤلف: د. ياسر نصر

مقاس الكتاب: ١٤,٥ × ٢١

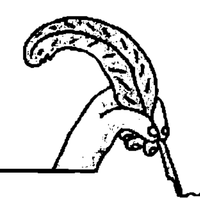
إشراف ورؤية فنية: محمود خليل

تجهيز فني: احمد علي

تحرير ومراجعة: مسعد خيري

تصميم الغلاف: خالد هيكل

رقم الإيداع: ٢٠١١/٢٨١١



الطبعة الأولى ٢٠١١م /١٤٣٢هـ

بــدايــة

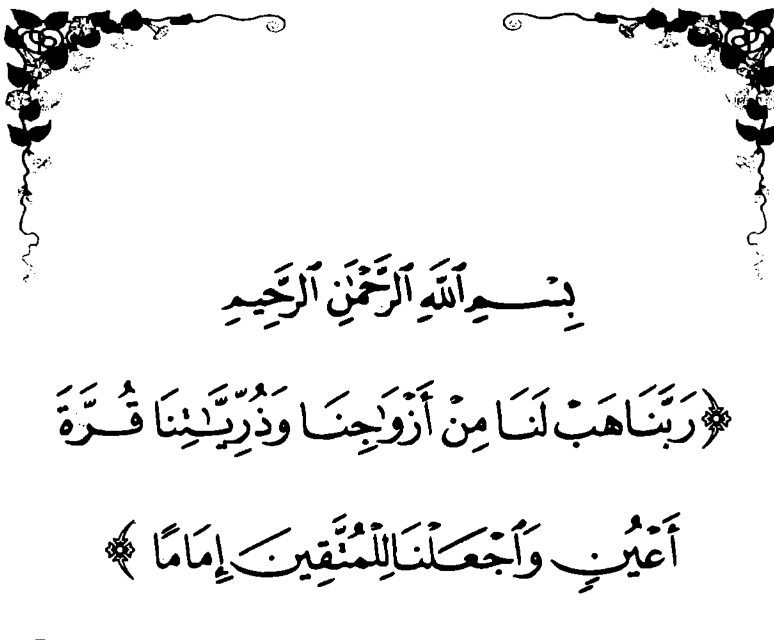
إنتاج - نشر - توزيع

٤ ش الإسراء - ميدان لبنان - المهندسين - القاهرة - ج.م.ع

ت: ٠٠٢٠٢٣٣٠٢٣٧٠٩ - ٠٠٢٠٢٣٣٤٤٨٧٧٤ - فاكس: ٠٠٢٠٢٣٣٠٢٣٧٠٩

٠٠٢/٠١١/٤٧٠٠٠٧٢ - ٠٠٢/٠١٠/٥٧٢٨٠٣٠

Email: darbedaia@yahoo.com
www.darbedaia.com



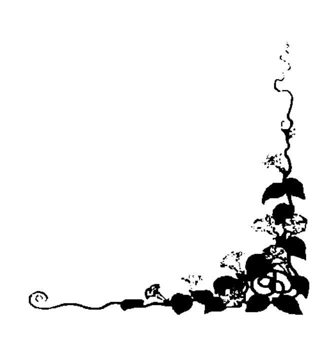
بِسْمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحْمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ

﴿رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ

أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾

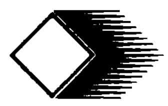
[الفرقان: ٧٤]







الدكتور ياسر نصر



- حاصل على دبلومة فن التعامل مع المراهقين من جامعة كامبريدج بانجلترا .
- حاصل على دبلومة في الاستشارات الأسرية والعلاقات الزوجية من جامعة كامبريدج بانجلترا .
- استشاري تربوي وموجه نفسي لبعض المدارس الخاصة.
- مدرب معتمد لمهارات الحياة الأساسية للتواصل الإنساني للتأثير على الآخرين وفن القيادة وفن إدارة الذات والتغيير.
- مدرب لمهارات الحياة الأسرية.
- حاصل على دبلومة شعبة عامة من معهد الدراسات الإسلامية.
- حاصل على دبلومتين في الفلسفة الإسلامية من كلية دار العلوم - جامعة القاهرة.
- حاصل على دكتوراه في الطب النفسي كلية الطب - جامعة القاهرة.
- مقدم ومعد برنامج فجر أمة الذي يذاع على قناة الناس وقناة الرسالة الفضائية.
- مقدم ومعد برنامج ساعة تربية على قناة الناس الفضائية.
- مقدم برنامج مع د. ياسر نصر على قناة المحور الفضائية.
- مدرب على مهارات التربية للأعمار السنية المختلفة من خلال دورات منتظمة.
- مدرب على مهارات العلاقات الزوجية من خلال دورات منتظمة.
- له العديد من الكتب العربية والمترجمة للفرنسية والإنجليزية .
- شارك في العديد من المؤتمرات المعنية بالطب النفسي والتربية ومشاكل الجيل في العديد من الدولة العربية والأجنبية.
- الوظائف التي يتقلدها «مدرس الأمراض النفسية» بكلية الطب - جامعة القاهرة.

مقدمة

من المشاكل التي تعترض الحياة الزوجية مشكلة العناد، فالعناد والتصلب في الرأي والجمود وعدم المرونة تضفي على الأسرة جوًا خانقًا وتنشر في البيت ظلالًا قاتمة، وتهيئ المناخ لنفثات الشيطان وهمزاته، مما يُنذر بالاقتراب من الخطر.

إن مراعاة كلا الزوجين لطباع الآخر ومحاولة التكيف والتفاعل مع ما يصعب تغييره أمر يحتمه الوعي والذكاء الزوجي..

والأزواج والزوجات حين يطرحون في مناقشاتهم خيارات لا بديل عنها إنما بهذا يضعون حياتهم الزوجية في مهب ريح عاتية توشك أن تقتلع هذه العلاقة من جذورها والمثل يقول: "العند يورث الكفر".

لذلك فعلى كل زوج أو زوجة أن يعيدا حساباتهما، ويصلحا من شخصيهما بما يعود في النهاية بالنفع عليهما وعلى أبنائهما.

وفي محاولة منا للوقوف على أسباب تلك المشكلة التي تعانيها الكثير والكثير من بيوتنا سواءً فيما يتعلق بالزوج أو الزوجة، وبيان الحلول الناجعة المستمدة من واقع التجارب الحياتية كان هذا الكتاب الذي نسأل الله تعالى أن ينفعنا به، وأن يجعله في ميزان حسناتنا يوم القيامة.

د. ياسر نصر





عناد المرأة .. أسبابه وعلاجه



من المعروف أن العلاقة الزوجية القائمة على التفاهم والوضوح والتضحية والتسامح والتجاوز عن الهفوات والتغاضي عن الزلات تساهم في استمرار الحياة الزوجية وقوتها بحب ومودة واحترام، أما إن قامت العلاقة بين الزوجين على الأنانية والعناد وتصيد الأخطاء والمشاجرات المستمرة على كل صغيرة وكبيرة، فإن ذلك يسرع بتصدع الأسرة، ويشتت شمل أفرادها، وقد يقضي على كيانها.

ويعتبر العناد بين الزوجين من أحدهما أو كليهما أحد الأسباب الرئيسة لتفاقم المشكلات بينهما، ولا يخفى على المتمعن البصير ما يترتب على صفة العناد من آثار نفسية وتربوية وانفعالية تخلفه على الزوجين وأولادهما.

وقبل أن نبين العلاج المناسب لهذه المشكلة، لا بد من بيان أسباب العناد عند أحد الزوجين أو كليهما، لأن للعناد أسبابًا نفسية وتربوية مختلفة، تختلف باختلاف التربية الأسرية، والعلاقات الوالدية، وأسلوب الثواب والعقاب، ومستوى الوعي الثقافي والفكري، ودرجة النضج والإدراك، إلى غير ذلك من أسباب.

والعناد نوعان: إيجابي وسلبي..

العناد الإيجابي ويتمثل في عناد الإرادة والتصميم، وهو إذا أصر الإنسان على فعل أمر محمود، وهذا النوع من العناد نشجعه وندعمه حتى تقوى إرادة الإنسان في الوصول للنجاح.
أما العناد السلبي فيأخذ صورًا مختلفة نتيجة أسلوب وطريقة التربية الأسرية، فهناك عناد مفتقد للوعي والإدراك والنضج، مثال إذا أصرت الزوجة على شراء أشياء كمالية لا داعي لها، وظروف زوجها المالية لا تسمح ويحاول



إقناعها بشتى الطرق ولكنها تصر على طلباتها دون وعي وإدراك بظروف زوجها، فتتسبب له في مشكلات عديدة، وتحدث بينهما فجوة.

كما أن هناك من الزوجات من تعتقد أن إصرارها على مواقفها يدل على قوة شخصيتها ويزيد من قيمتها ومكانتها عند زوجها فيحقق لها ما تريد.

وهناك عناد اكتسبته من اقتدائها وتشبهها بوالديها لأنهما كانا يتعاملان بهذا الأسلوب.

وهناك عناد اكتسبته الزوجة من أسلوب العقاب القاسي فأكسبها صرامة وصلابة وعنادًا وإصرارًا على رغباتها. أو قد تكتسب صفة العناد من أسلوب التعامل كأن تخاطبها والدتها بلهجة جافة، وأوامر ونواهٍ ملزمة، فتعاند بسبب هذا الأسلوب.

وقد تعاند بسبب التدخل المستمر لكل ما تفعله دون مبرر، فتظهر تذمرها ثم تعاند..

وقد يكون عناد الزوجة بسبب التعزيز الأسرى لهذه الصفة في مرحلة الطفولة بأن نقول أمامها إنها عنيدة ورأسها يابسة، فترسخ هذه الصفة في داخلها، ثم تستغلها في تحقيق أغراضها.. وإذا استمرت الزوجة في عنادها كوسيلة متواصلة، ونمط راسخ وصفة ثابتة في شخصيتها، تؤدي بها إلى المشاكسة والمعاكسة وافتعال المشكلات مع الآخرين، فإنها في حاجة ماسة إلى استشارة طبيب نفساني، لأن العناد في هذه الحالة عناد مرضي يمثل اضطرابًا خطيرًا في سلوكها.



وعمومًا فإن صفة العناد في الإنسان تبين عدم القدرة على التوافق والتكيف مع الظروف البيئية من حوله.

أما العلاج لهذه الظاهرة فيتمثل في دراسة كل حالة على حدة ومعرفة الأسباب التي دفعتها للعناد، ثم معالجتها، مع إكساب الوالدين مهارات وطرق التعامل اللازمة، وتزويدهما بأسلوب الثواب والعقاب في التربية الإسلامية، وأسلوب التعامل مع

الإنسان العنيد الذي يحتاج إلى أسلوب اللطف واللين مع دفء المعاملة والمرونة في المواقف، ومحاورته بأسلوب منطقي واقعي حتى يرتقي فكره وتنضج انفعالاته، مع مراعاة التخفيف من الأوامر والنواهي والتدخل المستمر دون مبرر، مع استخدام الألفاظ الإيجابية بدلًا من الألفاظ السلبية الآمرة والناهية التي تنفر.





عناد المرأة رمز قوتها أم دليل ضعفها

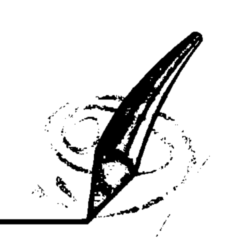
عناد الزوجة وتصلب رأيها شكوى يعاني منها بعض الأزواج مما يدفع بالحياة الزوجية - في كثير من الأحيان - إلى طريق شائك.

تُرى لماذا تلجأ بعض الزوجات إلى العناد؟

هل تستمد منه قوتها أم هو تجسيد لضعفها ودلالها؟!

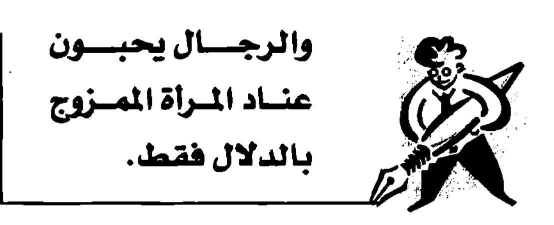
يقول علماء النفس:

إن العناد صفة موجودة في الرجل والمرأة لكنه أكثر وضوحًا عند المرأة، فهو السلاح الوحيد الذي تدافع به عن نفسها أمام قوة الرجل واستبداده بالرأي أحيانًا.



ولأنها مخلوق ضعيف لا يقوى على الصراع "الخشن" تلجأ إلى الرفض السلبي لما تراه لا يتوافق مع أسلوبها ومشاعرها فيترجمه الزوج على أنه عناد وتبدأ المشاكل.

ويرى البعض أن عناد المرأة أخطر أسرار جاذبيتها، وتستخدمه بدرجات متفاوتة لإثبات وجودها أو لتلفت النظر إليها.



أسباب شتى:

يقول التربويون: إن عناد الزوجة قد يكون طبعًا يصل بجذوره إلى مراحل حياتها الأولى نتيجة تربية خاطئة، فالطفلة قد تتشبث برأيها فيبتسم الوالدان وينفذان ما تريد، ثم يتطور الأمر إلى أن تصبح شابة ليتحول بعد ذلك إلى سلوك يومي يرافقها في زواجها ويمثل نوعًا من التمرد.

وقد يكون العناد تقليدًا للأم، فالمرأة التي نشأت وترعرعت في بيت تتحكم فيه الأم وتسيّر دفته تحاول أن تحذو نفس الحذو في بيتها ومع زوجها، بل وربما تختار زوجًا ضعيف الشخصية حتى يتحقق لها ما تريد.

كما أن الشعور بالنقص من أهم العوامل المؤدية للعناد، وقد يكون هذا الشعور لدى المرأة قبل الزواج نتيجة المعاملة الأسرية التي لا تتسم بالاحترام والتقدير وبث الثقة في النفس.

وقد يكون وليد ظروف الزواج، فالمعاملة القاسية للزوجة وعدم تقديرها واحترامها قد يدعم ذلك الشعور لديها فتلجأ للعناد للتغلب على هذا الإحساس.

وقد يأتي العناد من قبل الزوجة لعدم التكيف مع الزوج والشعور باختلاف الطباع، فيكون العناد صورة من صور التعبير عن رفض الزوجة سلوك زوجها، وكذا تعبيرًا عن عدم انسجامها معه في حياتها الزوجية.

ومن ناحية أخرى فإن تسلط الزوج وعدم استشارته للزوجة وتحقير رأيها أحيانًا والاستهزاء بها قد يدفعها في طريق العناد..

فهناك بعض الأزواج لديهم أفكار خاطئة عن فساد رأي المرأة وأن مشورتها تجلب خراب البيوت، وهذه الأفكار فوق أنها حمقاء فهي بعيدة كل البعد عن هدي الإسلام الحنيف. وتكفينا هنا الإشارة إلى أن مشورة امرأة مسلمة كانت سببًا في نجاة المسلمين جميعًا من فتنة معصية الله ورسوله صلى الله عليه وسلم، ألا وهي أم سلمة أم المؤمنين رضي الله عنها في قصة الحديبية..

حينما أشارت على النبي صلى الله عليه وسلم بالحلق والذبح، فلما فعل ذلك قام المسلمون وجعل بعضهم يحلق لبعض..

للزوج دور:

يتم علاج عناد الزوجة أولًا بتجنب الأسباب المؤدية للعناد، وإذا كان العناد طبعًا فيها فليصبر الزوج ويحاول قدر المستطاع تجنب مواطن النزاع حتى تتخلص من هذه الصفة.

ولتقليص العناد وتذويبه لدى الزوجة ينصح أساتذة الطب النفسي الزوج بالآتي:

☑ أن يمنح الزوجة مزيدًا من الحب والاهتمام والتقدير والاحترام.

☑ أن يتصرف بذكاء وهدوء عند عناد الزوجة ويحاول امتصاص غضبها وتأجيل موضوع النقاش إلى وقت مناسب يسهل فيه إقناعها إذا كانت مخطئة.

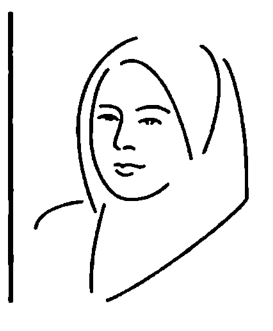
☑ التعود على أسلوب الحوار واحترام الرأي الآخر ونسيان المواقف السلبية السابقة والتعامل بروح التسامح، والتنازلات مطلوبة بين الزوجين حتى تسير الحياة في أمان واستقرار.

☑ هناك جانب إيجابي في عناد الزوجة حيث تدفع الزوج للعمل والنشاط والتفوق والبحث عن مجالات جديدة لزيادة الدخل.

☑ أحيانًا يكون العناد رغبة من الزوجة في السيطرة مما يتعارض مع رغبة الزوج، وفي هذه الحالة عليه توضيح الأمور لها قبل أن تستحيل الحياة بينهما ويتحول منزل الزوجية إلى حلبة صراع.

☑ لا تظهرا صراعكما أمام الأبناء ولا تحاولا إشعارهم بأي خلل أسري، أيضًا لا تناقشا مشاكلكما أمام الأقارب والأهل مما قد يزيد من حدة التوتر والخلاف.

همسة في أذن الزوجة العنيدة..



اعلمي أنك بعنادك قد تهدمين بيتك، فالزوج قد ينفد صبره ويركب رأسه وتجنين من وراء عنادك ما تكرهين..

ثم إن عناد زوجك وعدم طاعته لا يقره شرع ولا عُرف، فقد جعل الله سبحانه وتعالى للرجل القوامة على المرأة، وفرض عليها

طاعته، قال صلى الله عليه وسلم: "إذا صلت المرأة خمسها وصامت شهرها وحصنت فرجها وأطاعت بعلها - زوجها - دخلت من أي أبواب الجنة شاءت".

وعن حصين بن محصن أن عمة له أتت النبي صلى الله عليه وسلم في حاجة ففرغت من حاجتها، فقال لها: "أذات زوج أنت؟" قالت: نعم، قال: "كيف أنت له؟" قالت: ما آلوه إلا ما عجزت عنه، قال: "فانظري أين أنت منه؛ فإنه جنتك ونارك". وعن معاذ بن جبل رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "لو كنت آمرًا بشرًا أن يسجد لبشر لأمرت الزوجة أن تسجد لزوجها، والذي نفسي بيده لا تؤدي المرأة حق ربها حتى تؤدي حق زوجها".

ولست أدري ماذا يضير المرأة إن هي أطاعت زوجها ونفذت رغبته؟!

أتظن أن في ذلك انتقاصًا من قدرها؟!

كلا والله.. فما كانت الطاعة يومًا انتقاصًا من قدر الإنسان، فقد شاءت إرادة الله سبحانه وتعالى أن تسير الحياة وفق قوانين ونواميس ونظم، فلابد من رئيس ومرؤوس وتابع ومتبوع، فالزوج رئيس الأسرة ولا يعني هذا تسلطه أو تجبره أو ظلمه للمرأة، ولكن يعني أنه موجه لدفة الأسرة، ومتحمل للتبعات والمسؤوليات.



واعلمي أن طاعتك لزوجك تنعكس آثارها عليك بحب زوجك وإجلالك وعلو قدرك عنده، ثم رضا الله عز وجل عنك وهو خير ما يكسب المرء في الدنيا.





فن التعامل مع الزوجة العنيدة

العناد من المشكلات الزوجية الخطيرة التي قد تقابل الرجل بعد الزواج وتهدد صفو الحياة الزوجية وتعجل بنهايتها، حيث يفاجأ بتبدل حال المرأة الودودة والمطيعة في فترة الخطوبة إلى زوجة عنيدة تسير في اتجاه مخالف تعانده في كل شيء، لمجرد العناد فقط، دون أن تدرك أن هذه الصفة من أكثر الصفات التي تدفع الرجل إلى طريق شائك قد ينتهي بها لا تشتهيه النفوس.

وتحذر دراسة برازيلية حديثة الأزواج من خطر العناد والتصلب في مواقف العلاقة الزوجية، مضيفة أن المجادلات الساخنة التي تدور بين الزوج والزوجة تؤدي في كثير من الأحيان إلى تمسك أحد الطرفين بموقف عنيد، قد يصل بالأمور إلى نقطة اللا عودة.. وتكون نتيجة المحاورة عقيمة، ولا فائدة منها، بل وأكثر من ذلك، قد تتعقد الأمور "إذا ظل

العناد سيد الموقف" ويحدث الصدام الذي غالبًا ما يؤدي إلى الطلاق.

العناد عاطفة داخل المرأة :

وحول أن المرأة أكثر عنادًا من الرجل، تشير الدراسة البرازيلية إلى أن العناد عاطفة قوية ومركزة وليس منطقًا كما يعتقد البعض، وبما أن المرأة عاطفية أكثر من الرجل، فإن عنادها يكون أقوى تركيزًا منه، بهدف إقناع الرجل بشخصيتها، وإيقاعه في حبائل الحيرة أحيانًا، ليضطر إلى تغيير موقفه منها.

ولأن العناد عاطفة عشوائية بحسب وصف الدراسة فهو يعتمد بشكل كلي على الخيال والتخيل، لذا فالمرأة تعشقه وتتدلل به على الرجل لتقيس من خلاله مدى حبه وتفاعله معها..

لذا تنصح الدراسة الرجال بضرورة إعطاء قيمة أكبر للزوجات، وإظهار قدر كافٍ من الاحترام لشخصياتهن لتتخلي المرأة عن هذه العادة السيئة.



تعامل مع زوجتك العنيدة، وتأكد عزيزي الرجل أن حبك لزوجتك وعطفك الدائم عليها وعدم إهانتها هي أفضل الوسائل التي تساعدها على التخلص من صفة العناد السيئة، فالمرأة تحتاج دائمًا إلى من يقدرها ويحترمها لتهب له كل حياتها ولتكون كالخاتم في إصبعه، لذا يقدم لك خبراء علم النفس نصائح قيمة من أجل الأسلوب الأفضل.

للتعامل مع زوجتك العنيدة:

١- قلِص عناد زوجتك عليك باحترام مشاعرها، وكن مثل قطعة الإسفنج التي تمتص الغضب والعناد.

٢- عليك الاعتياد على فن الحوار، وفن تهوين المشكلات الصعبة مثل الحبيب الذي "يبلع الزلط، لا العدو الذي يتمنى الغلط".

٣- انتبه إلى أن عنادها يشير إلى عدم تكيفها مع الظروف المحيطة، فابحث عن الحل.

٤- كن حليمًا قدر الإمكان، وتكلم معها بما قلّ ودل، واجعل حديثك معها هادئًا ومفيدًا، يحمل طابعًا إيجابيًا، بعيدًا عن الثرثرة مع الاحتفاظ ببعض الغموض.

٥- احرص على أن يكون كلامك في مكانه من دون تقلب.

٦- خذ وقتًا لترتاح إن اشتدت الأمور، وابدأ في محاسبة نفسك، وعاتب زوجتك بأسلوب جاد على نقاطها السلبية.

٧- لا تلجأ لأسلوب المقارنة.. بالجارة، زوجة أخيك، ابنة خالك، فلكل أسرة عالمها المنفصل.

٨- أحيانًا يكون العناد رغبة من الزوجة في السيطرة مما يتعارض مع رغبة الزوج، وفي هذه الحالة عليه توضيح الأمور لها قبل أن تستحيل الحياة بينهما ويتحول منزل الزوجية إلى حلبة صراع.

٩- لا تناقشا مشاكلكما أمام الأقارب والأهل مما قد يزيد من حدة التوتر والخلاف.

وأخيرًا الصمت والتجاهل هما قمة العقاب في العلاقة الزوجية، من دون أن تقسو عليها بالكلام، أو تمد يدك لتؤذيها، فهذا ينقص من هيبتك ورجولتك.

واعلمي عزيزتي الزوجة أن العند لا يولد إلا العند، فلا تتمادي في هذه الصفة وحاولي قدر الإمكان أن تتخلصي من هذه العادة السيئة قبل ان تدمري حياتك الزوجية.





العناد.. دلال أنثوي

إن العناد سلوك سلبي تعتصم به بعض بنات حواء أحيانًا للتعبير عن الاستياء والرفض.. بل تتمرد حواء كلما استشعرت ضعفها أمام صلابة الرجل في اتخاذ المواقف والتعبير عن الآراء.

والمرأة في أي سلوك تقوم به تكون مدفوعة بمشاعر خاصة تفرضها طبيعتها الأنثوية التي لا تفارقها وهي تدرك أن العناد هو أخطر أسرار جاذبيتها، تستخدمه بدرجات متفاوتة حسب الموقف لتلفت نظر من تريد..

لكن يا ترى كيف ينظر الرجال إلى عناد المرأة؟

وكيف يتعاملون معه؟

وهل ثمة قاسم مشترك (رجولي) بينهم في هذا الشأن؟

وكيف ترى المرأة نفسها في مرآة العناد؟

وهل تقف المرأة موقف التبرير، أو أنها قد تقف من هذه الصفة السلبية مواقف المواجهة، أو بتعبير الطف مواجهة عنادها بالعناد؟

أرى أن عناد المرأة وتمنعها يعطيها بعدًا آخر لجاذبيتها.. وقد تكون وسيلة لقياس حب الرجل لها وارتباطه بها.. وعلى الرجل أن يتفهم هذا في طبيعة المرأة.. ولا يقابل عنادها بعناد وتمنعها بالتجاهل.

وقد يلجأ بعض الرجال لمثل هذه الأمور ولكن في الغالب لا يجيدها (ممثل فاشل).

إن الزوجة خُلقت لكي تكون أنثي وعليها أن لا تسترجل لأن طبيعة الأنثى إذا تغيرت سوف تفقد أنوثتها الذي خصها الله به.. فما أجمل الرجل عندما يكون رجلاً بقوة شخصيته الفذة وصلابة إرادته وعزيمة تضحياته الذي لطالما تحلم به المرأة بأن تستظل بظله، وأن يكون لها الحصن المنيع والقلب الذي تبحث عنه ليكتمل العيش على قلب وروح واحدة!

وما أجمل وما أروع وما
احلى المرأة بأن تتجمل
وتتحلى بفطرتها الأنثوية
وتكون الزهرة اليانعة التي
تفوح منها شذى المرأة
الذي يبحث عنه كل رجل
ويرغب ويحب أن يقترب
منها بدفء حنانها.



همسة في أذن كل زوجة

إن العناد ليس صفة حسنة بالمرأة، ويفترض أن تتخلص منه تدريجيًا لكي تستمر الحياة بين الزوجين يشوبها الحب والاحترام والوئام..

أما العناد فما هو سوى صفة قد تعصف بالبيت والأولاد ولن تستفيد منها المرأة سوى جر الويلات والندم.

كذلك أنصح كل أخت بأن لا تستمع إلى صويحباتها ومن يقلن لها: عاندى خليه يشوف إنكِ قوية، خليه يعرف قيمتكِ، لا ترضخي لكل طلب يطلبه، عانديه شوية فهذا ملح الحياة لكى تتجدد الحياة بينكما.

ومن يقلن لكِ هذا الكلام ما هن سوى مخربات للبيوت، حاسدات، حاقدات على ما أنتِ فيه من نعمة.

ويمكن أن يكن هن غير سعيدات فى حياتهن فيرغبن أن تكوني مثلهن.

فاحذري أن تصاحبي مثل هؤلاء النسوة، فليس وراءهن سوى الدمار والخراب للبيت..

وحافظي على زوجكِ وعلي بيتكِ وعلى أولادكِ ولا تستمعي لهن، وعيشي حياة سعيدة مع زوجكِ يتخللها الاحترام المتبادل والتنازلات لكي تعبر السفينة إلى شاطئ الأمان بسلام.. بدون عواصف وبدون أعاصير وبدون منغصات وبدون مشاكل.

إن طاعة الزوجة لزوجها مجلبة للهناءة والرخاء، وأما النشوز فيولد الشحناء والبغضاء ويوجب النفور ويفسد العواطف وينشئ القسوة ويلحق بالمرأة البلاء..

وإن الزوجة كلما أخلصت في طاعة زوجها ازداد الحب والولاء وتوارث ذلك الأبناء فساد جو السعادة وانقشع جو الشحناء، وقد جاء في الأثر (جهاد المرأة حسن التبعل) أي أن أفضل عمل للمرأة وينزلها منزلة الجهاد طاعتها لزوجها وحسن

تزينها له فيصدق بها قوله صلى الله عليه وسلم عن أفضل النساء "التـــي تطيـــع زوجهـــا إذا أمـــر وتـــسره إذا نظـــر"

قال الشاعر:

ودود ولـــــود حـــــرة عربيـــــة
مخـــدرة مـــع حـــسنها تكـــرم الـــبعلا

وباذلـــة نظيفـــة ولطيفـــة مـــن
أظـــرف إنـــسان وأحـــسنهم شـــكلا

شـــكور صـــبور حلـــوة وفـــصيحة
ومتقنـــة تـــتقن القـــول والفعـــلا

مطاوعـــة للبعـــل يقـــضي أديـــبة
موافقـــة قـــولًا وفعـــلاً فـــما أعـــلا

مداريـــة للأهـــل إن عتـــبت وإن
أحبـــت فـــلا حقـــد لـــديها ولا غـــلا

رقيقـــة قلـــب مـــع ســـلامة دينهـــا
فلـست تـرى شـبهًا لها في النـساء أصلا

تنقــل في الأشــغل مــن ذا لــذا وذا

وتفعل حتى الكنس والطبخ والغسلا

مربيــة حنانــة ذات رحمــة وكــل

يتــيم واحــد عنــدها فــضلا

عديمــة لفــظ والتفــات إذا مــشت

صــموت فــلا قطعًــا تــرد ولا وصــلا

يعــز عــلى مــن بطــرق البــاب لفظهــا

جوابًــا فــلا عقــدًا تــراه ولا حــلا

يطيــل وقوفًــا لا يجــاب محــرم

عليهــا كــلام الأجنبــي وإن قــلا

وحافظــة للغيــب صــالحة أتــت

لحــق إذا كانــت مناقبهــا تــتلا

وقانتــة صــوامة ومدلــة

بعقــل وتــدبير تــراه العــدا بخــلا



يوغر الصدور ويمزق الصداقات

في البداية تحدثت إيمان الحبيب باحثة اجتماعية تقول: إن أخطر نكبة قد تصيب الحياة الزوجية تتمثَّل في تضارب وتناقض آرائهما وبحالة تصلب متبادل بينهما مع ما يصحب ذلك من استفزاز وتحد لن يسفر إلا عن مزيد من التوتر والمشاكل الكفيلة بتحويل أجمل حب إلى سراب وذكريات مرة..

فليست الكرامة في العناد المتواصل وليس الحفاظ على الكبرياء والأنفة في التعنت والتمسك المجنون..

وليس الإنسان معصومًا من الخطأ مهما ارتقى مستواه الفكري ونضج وعيه، فالتشبث برأي خاطئ والعناد فيه قد يؤدي إلى متاعب كبيرة وخاصة حين يفتقد الفهم الشامل لمعنى كلمة الكرامة.

العناد أكثر موقف وقتي، فهو موقف نفسي، وهو ليس رأيًا، بل مخالفة لوجه المخالفة، فالمعاند يريد أن يغيظ الطرف الآخر ويثير أعصابه ويعبر له عن كراهيته له، فإذا كانت الموافقة هي أم الحب، فإن المعاندة هي أم البغض..

والعناد يدل على الحماقة، أو محاولة جذب الانتباه والحصول على الاهتمام، وهنا يدل على مركب نقص، فالعناد ليس إبداء رأي مخالف بقول ودليل.. بل رفض رأي الآخر لمجرد الرفض، وإن بحث المعاند عن دليل جاء بسخافة أو سفسطة.

وقد تبلغ حماقة المعاند الافتخار بها وأن له موقفًا مخالفًا، وهو بهذا يصبح قليل عقل ثقيل دم، وإذا حصل وعاند قويًا لا يطيق العناد سحقه.

والزواج الناجح يقوم على التضحيات المتبادلة والاحترام والتفاهم والاتفاق.. وخصلة واحدة ذميمة تنفي كل تلك الخصال الكريمة وتمحوها من الوجود كما يمحو الظلام النور، ألا

وهي خصلة (العناد) فهو ضد الاحترام والتفاهم والتضحيات المتبادلة والاتفاق..

إن المعاند لا يحترم الطرف الآخر.. فالعناد ليس رأيًا.. والمعاند لا يحاور بالعقل ولكنه يقصد إغاظة الطرف الآخر لتبني موقف يخالف موقفه، وتسفيه رأيه ولو كان سليمًا، وتكذيب معلومته ولو كانت صادقة، مع الإصرار على ذلك مهما حاول الطرف الآخر حشد الأدلة واللجوء إلى الإقناع بالتي هي أحسن.

إن المعاند أو المعاندة هدفه الأساسي العناد أصلاً.

طرد المودة والرحمة فحين يدخل العناد بين الزوجين ينسف الاحترام المتبادل والتفاهم والاتفاق ويحيل الحياة الزوجية إلى جحيم، فالعناد ينكد على الزوج ويجعل عيشته سوداء ويعكر مزاجه دائمًا ويوتر أعصابه باستمرار، العناد المتكرر من الزوجة أو الزوج يجعل الراحة معدومة في البيت، والحياة جحيمًا لا يطاق..

وما لم يتعسف الزوج في استخدام حقه فإن مخالفة الزوجة لأمره نوع من العناد العملي، فإذا نهاها عن أمرٍ لا يرضاه وأصرت

على ارتكابه فهذا العناد بعينه، وإن طلب منها ألا تلبس ذلك اللباس لأنه لا يعجبه فأصرت على لبسه فهي تعانده وتقف ضده (تعصيه).

وقد قالت الأعرابية توصي ابنتها ليلة زفافها "كوني له أمة يكن لك عبدًا، ولا تفشي له سرًا ولا تعصي له أمرًا، فإنك إن أفشيت سره لم تأمني غدره، وإن عصيت أمره أوغرت صدره..".

إن العناد بين الزوجين يطرد المودة والرحمة، ويجعل الرجل لا يطيق مجالسة زوجته المعاندة أو محادثتها، وكذلك المرأة التي يعاندها زوجها تثور أعصابها ثم تستثقل دمه ومحضره وحديثه فلا تحرص على الجلوس عنده أو الحديث معه.

وفي كل الأحوال ينتهي العناد الدائم بالزوجين إمّا للطلاق العاطفي فيعيشان في البيت كجثتين بلا روح، أو بالطلاق الصريح.



أقرب طريق لدمار الحياة الزوجية

الدكتور عبد الله الخليفي، اختصاصي نفسي، يقول: نجاح الحياة الزوجية يتطلب قدرًا من التفاهم والتسامح والتجاوز عن الهفوات، والتغاضي عن الزلات والتعالي على الأنانية والعناد وتصيّد الأخطاء.

ويضيف: خطورة عناد الزوجة قد يبدأ بمشكلة صغيرة تتطور مع العلاج السلبي لها إلى مشكلات قد تنتهي بالطلاق، إذ تشير الأبحاث الاجتماعية إلى أن العناد بين الزوجين أحد الأسباب الرئيسية لتفاقم المشكلات بينهما، وأنه يلقي بظلال نفسية وتربوية وانفعالية على الزوجين، وقد تمتد إلى أولادهم.

ويعد عناد الزوجة أول مؤشرات عدم قدرتها على التوافق والتكيّف مع الظروف المحيطة بها وهو قد يكون مؤشرًا لضعفها وقد يكون ستارًا زائفًا تدّعي من خلاله القوة لتداري ضعفها.

ويشير علماء النفس إلى أن العناد صفة موجودة في الرجل والمرأة لكنه أكثر وضوحًا عند المرأة، فهو سلاحها الوحيد الذي تدافع به عن نفسها أمام ما تعده قوة للرجل واستبدادًا لا قبل لها بمواجهته، فتلجأ إلى الرفض السلبي لما تراه لا يتوافق مع أسلوبها ومشاعرها فيترجمه الزوج على أنه عناد وتبدأ المشكلات.

وقد يكون عناد الزوجة سمة أصيلة فيها وهو أصعب أنواع العناد استمدته من مراحل حياتها الأولى نتيجة تربية خاطئة، بتلبية كل مطالبها تحت سيف العناد فتشب معتقدة أن العناد أسلوب ناجح لتحقيق المطالب، أو أنها نشأت في بيت تتحكم فيه الأم وتسيّر دفته، فتحاول أن تحذو الحذو نفسه في بيتها ومع زوجها.

وهناك عناد اكتسبته الزوجة من أسلوب العقاب القاسي في الصغر فأكسبها صرامة وعنادًا وإصرارًا أو خضوعًا واستسلامًا في الكبر.





الاستهزاء وتحقير الرأي

وقد يكون عناد الزوجة بسبب التعزيز الأسري لهذه الصفة في مرحلة الطفولة عندما تكرر أسرتها أمامها أنها عنيدة، فترسخ هذه الصفة في داخلها، ثم تستغلها في تحقيق أغراضها.

وقد يكون الزوج مسئولًا عن عناد زوجته بتسلطه وعدم استشارته لها وتحقير رأيها والاستهزاء بها مما قد يدفعها في طريق العناد.

كما أن المعاملة القاسية للزوجة من قبل الزوج وعدم تقديرها واحترامها قد يلجئها للعناد للتغلب على هذا الإحساس.

وقد يأتي عناد الزوجة نتيجة لعدم التكيّف مع الزوج والشعور باختلاف الطباع وتقلبها، فيكون العناد صورة من صور التعبير عن رفض الزوجة سلوك زوجها جملة وتفصيلاً، وكذا تعبيرًا عن عدم انسجامها معه في حياتها الزوجية.

كما أن هناك من الزوجات من تعتقد أن إصرارها على مواقفها يدل على قوة شخصيتها ويزيد من قيمتها ومكانتها عند زوجها فيحقق لها ما تريد.

وأيًا كان سبب عناد الزوجة فإنها تستطيع التخلص من الآثار السلبية لهذا العناد، بل يمكنها توجيهه إلى ما يفيد.

أعرف زوجة موظفة معروفة بالعناد أصرت على عدم الاستعانة بخادمة رغم نصيحة زوجها وأهلها وبالفعل نجحت في تحديها وأصبحت مضرب الأمثال بين زميلاتها وقريباتها.

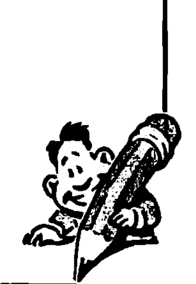
سلاح المرأة الوحيد

الدكتور أيمن ناجي استشاري نفسي يقول: إن العناد صفة موجودة في الرجل والمرأة لكنه أكثر وضوحًا عند المرأة، ويرى أن عناد المرأة أخطر أسرار جاذبيتها، وتستخدمه بدرجات متفاوتة لإثبات وجودها أو لتلفت النظر إليها.

والرجال يحبون عناد المرأة الممزوج بالدلال **فقط**.

اقصر الطرق المؤدية للطلاق

الدكتور سيد محمود استشاري نفسي يقول: الخلاف بين الرجل والمراة ازلي ابدي، فالمراة والرجل هما الصديقان اللدودان، والخلافات الزوجية أمر واقع فطالما هناك زواج فهناك خلاف.



وأغلب الخلافات والاختلافات سببها العناد بين الزوجين، وأسباب العناد كثيرة ومتعددة فقد يكون عناد الزوجة بسبب عدم قدرتها على التكيف مع الزوج نظرًا لاختلاف الطباع، فيكون العناد صورة من صور التعبير عن رفض الزوجة سلوك زوجها، وعدم انسجامها معه في حياتها الزوجية.

وقد يؤدي تسلط الزوج وتحقيره لرأي زوجته والاستهزاء إلى عنادها خصوصًا وأن هناك رجالًا كثيرين ضيقي الأفق يعدون المرأة مخلوقًا من الدرجة الثانية، فيرفضون رأيها ومشورتها وهي أفكار حمقاء ومتخلفة وبعيدة عن فكر الإسلام وقد يؤدي العناد

إلي الطلاق في بعض الأحيان فقد أكدت دراسة حديثة أن العناد يسبب ٣٠٪ من حالات الطلاق في العالم، وهي نسبة تعد كبيرة إلى حد ما.

وقد حذرت الدراسة الأزواج من خطر العناد والتصلب في مواقف العلاقة الزوجية.

وأضافت الدراسة أن المجادلات الساخنة التي تدور بين الزوج والزوجة، قد تؤدي أحيانًا إلى تمسك أحد الطرفين بموقف عنيد، يُوصل الأمور إلى نقطة اللا عودة، وتكون نتيجة المحاورة عقيمة، ولا فائدة منها، بل وأكثر من ذلك، فقد تتعقد الأمور - إذا ظل العناد سيد الموقف - ويحدث الصدام الذي غالبًا ما يؤدي إلى الطلاق.

العناد نتيجة منطقية لما أسمته الدراسة بالكذب المقصود، وكذلك هو نتيجة للرغبة في إثبات الذات وإظهار المثالية في مواقف لا تتطلب أي مثالية.

إثبات الشخصية:

ويضيف د.سيد: العناد موقف يوجد عند المرأة التي لا تثق بنفسها، وتحاول إثبات ذاتها وشخصيتها عن طريقه، في هذه الحالة، فإن أي جدل صغير ربما يحثّ المرأة على العناد، لإثبات شخصيتها أمام الزوج، ويحدث هذا بكثرة عند المرأة التي لا يُعطي زوجُها قيمةً لشخصيتها، ولا يُظهر لها الاحترام الكافي كامرأة، فيبقى العناد الوسيلة الوحيدة لديها لإثبات شخصيتها للزوج.

وأوضحت الدراسة أن مثل هذا الأسلوب خاطئ جدًا، لأن العناد لا يُفيد مع من لا يعرفون تقدير واحترام الآخرين، وقالت الدراسة أيضًا إن العناد عند المرأة ضعيفة الثقة بنفسها يتحوَّل إلى عادة غير مقصودة، أي أن الزوجة التي لا تحظى باحترام زوجها، تلجأ إلى العناد بشكل لا شعوري، لاعتقادها أنه الطريق الوحيد لمواجهة استهزاء الزوج بشخصيتها، فبدلًا من تحسن الأمور، يبدأ الرجل في التمرد أكثر فأكثر، والنتيجة قد تكون مأساوية. إن الخيانة قد تكون أحد أسباب العناد، فمن يخون زوجته أو

تخونه زوجته يعمد إلى العناد للإنكار، ومهما وضح الموقف الخياني يبقى مَنْ خان متمسكًا بموقفه العنيد للإنكار.

كما أن الشك المتبادل بين الزوج والزوجة، يجلب - بشكل مباشر - العناد في الموقف للدفاع عن النفس.

والموقف العنيد هذا يأتي بشكل آلي، لأنه وسيلة للدفاع عن النفس والإنكار، خاصة إذا لم يكن الزوجان راغبين أو مستعدين للطلاق.





الاعتراف بالخطأ

وشعور المرأة بشكل خاص بالدونية، يشجِّعها على اللجوء إلى أساليب عدة للتخلص من هذا الشعور، تجاه الآخرين بالدرجة الأولى، أما تجاه نفسها وزوجها، فإنها تلجأ إلى العناد، لإقناع الذات بأن الخطأ الموجود فيها أمرٌ مبرر، واعتمادًا على ذلك فإن العناد قد يتحول إلى أسلوب لتبرير الخطأ.

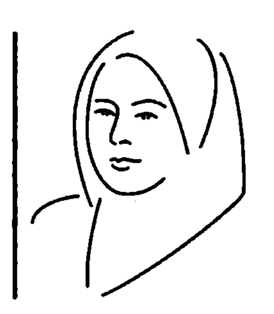
ولكن السؤال هنا هو: هل يمكن تبرير الخطأ بإقناع الآخرين أنه صواب؟

الخطأ خطأ، والتبرير الوحيد له هو الاعتراف به، وعدم تكراره، لأن العناد لا يمحو الخطأ.

إن الاعتراف بالخطأ من شِيَم الشجعان، فالمرأة الشجاعة هي التي تستطيع الاعتراف بالخطأ، وتعتذر وتتعهد بعدم تكراره، هذا

يعني أن المعترفة بالخطأ لا تخشى شيئًا، ولا لزوم عندها للأخذ والعطاء والدخول في مناقشات عقيمة، تؤدي إلى زيادة العناد في الموقف، إلى أن يتحول العناد ذاته إلى قشة يابسة، تنكسر تمامًا بظهور الحقيقة.

لا فائدة إذن من استبدال الاعتراف بالخطأ بالعناد، ومن يفعلْ ذلك يندمْ في النهاية.



إن المرأة لأنها المخلوق الأضعف فهي لا تحب الاعتراف بالخطأ لأن اعترافها بالخطأ يتطلب جهدًا مضاعفًا، لذا فهي تلجأ للعناد للدفاع عن النفس وإثبات الذات.

أغلى نصيحة:

كما تؤكد الدراسة أن النصيحة الأغلى للرجال إعطاء قيمة أكبر للزوجات، وإظهار قدر كاف من الاحترام لشخصياتهن.

وتؤكد: أن ٧٠٪ من المشاكل الزوجية تأتي بسبب العناد، وبخاصة عناد المرأة المحرومة من احترام زوجها لها ولشخصيتها.

إن عناد المرأة يعني بالنسبة للرجل: التحدي، والرجل لا يقبل - عادة - تحدي المرأة له، بينما عناد الرجل لا يعد تحديًا بالنسبة للمرأة، لأنه أي الرجل لا يحتاج إلى ذلك، إذا ما أخذنا بعين الاعتبار أنه المخلوق الأقوى.

والعناد لا يُولِّد سوى مزيد من العناد، فإن أخطأ أحد الزوجين فينبغي الاعتراف بالخطأ، فغالبية الناس يسامحون من يعترفون بأخطائهم.

إن العلاقات البشرية مليئة بالأخطاء والهفوات خاصة عندما يتعايش شخصان من بيئتين مختلفتين تحت سقف واحد كما بين الأزواج ولأن العلاقة بين الزوجين من أسمى وأقوى العلاقات البشرية ولأن المودة من أهم الأسس فلا فارق فيمن يبدأ بالاعتذار أو من المخطئ عند الخطأ طالما أن هناك محبة ورغبة في استمرار الحياة الزوجية..

إن كثيرًا من الرجال يعدون الاعتذار بعد العتاب تقليلاً من الكرامة والقدر أمام الزوجة وهذا خطأ إلا أن أوجه وأشكال

الاعتذار المختلفة كفيلة بتوفير الصفاء بين الزوجين و التراضي من دون أن يشعر أحد الطرفين بأنه أقدم على ما ينقص من شأنه وقدره أو بانتصار الطرف الآخر فالعناد والكبرياء من أهم أسباب دمار و خراب البيوت.





التراضي بين الزوجين

إن الاعتذار المباشر هو أفضل وأقصر الطرق للتراضي بين الزوجين، وما من عيب في ذلك إذا ما شعر أحد الطرفين بأنه أخطأ في حق الآخر وسارع ليبادر بالأسف عما بدر منه خاصة إذا كان في تصرفه إهانة أو تقليل من قدر الآخر، فكلمة "آسف" أو "سامحيني" ليست بالصعبة أو المستحيلة، ولا تعني أن صاحبها قلَّل من قدر نفسه أو قدَّم تنازلًا كبيرًا، كما أنها ليست انتصارًا للطرف الآخر كما يعدها البعض.

إن هناك دلالات وأشكالا مختلفة غير مباشرة فإذا وجدتِ زوجك يحدثك عن برنامج معين أو يعلق على ما تشاهدون أو أمور تتعلق بالعمل أو الأبناء فهذه بداية لما بعد الخصام.

أجيبي عليه وكأن شيئًا لم يكن، وكذلك المزاح العابر أو النكتة، فكثير من الرجال يفضل إنهاء موقف الخصام بمزحة ما أو تعليق ساخر حتى تضحك الزوجة وينتهي الأمر وكأن شيئًا لم يكن فالابتسامة تزيل الكثير بين الزوجين.

إن الحياة الزوجية مؤسسة مشتركة وغالبًا ما تكون باختيارهما، وعلى الزوجين فعل المستحيل لنجاح تلك الشراكة فأحيانًا تكون الخلافات بهارات الحياة الزوجية وبعد الصلح تصبح علاقة الزوجين أكثر قوةً وحبًا مما كانت عليه.





من أين يأتي نمطك الشخصي؟

من تكوينك الجسدي بالدرجة الأولى، إنه خلاصة اندماج جهازك الهرموني بجهازك العصبي، ليشكلا معًا نمطك الشخصي الأصلي، وهذا يجعلنا نفهم لمَ علينا تفهم الآخرين، قبل أن نفكر في تغييرهم، وتقبلهم، بدلاً من انتقادهم، إذ إن ثمة طبائع أصلية يصعب تغييرها، نابعة من التكوين الجسدي الوراثي، كما يصعب تغيير لون البشرة.

هل نمط الشخصية وراثي ؟

نعم، فبمجرد اتحاد النطفة (الحيوان المنوي) مع البويضة، ينتج إنسان يحمل شيفرة جينية خاصة جدًا، لا يشبهه فيها أي إنسان آخر على وجه الأرض، إنه ما يعرف اليوم بالبصمة الوراثية (الدي إن إيه)، تلك الجينات تحمل خطة خاصة لتكوينك الجسدي، وبالتالي تحمل خطة لبنائك الهرموني، والعصبي،

وبالتـالي فهـي تـشكل ملامـح نمطـك قبـل مـيلادك، ورغـم أن شيفرتك الجينية لا تشبه أحدًا غيرك جاء إلى هذه الأرض، لكنها تتشابه مع آخرين في أساسيات مهمة، منها كونك إنسانًا بشريًا، ثم أيضًا كونك مولودًا في بيئة ما فمثلاً أبناء الصينيين يختلفون، كما يختلف الأفارقة، كما يختلف العرب وهكذا، فتلك مجموعات بشرية مختلفة، من حيث الأنماط الشخصية، ثمة تشابهات مهمة، تجعلنا نقسم البشر أيضًا إلى عدة أنماط متعددة، وهي في الواقع، أربعة رئيسية وأربعة فرعية.

هل بوصلة الشخصية مستحدثة أم لها أصول في ديننا الإسلامي؟

وفي ذلك قال عليه الصلاة والسلام في حديثه الشريف الصحيح:

"ألا وإن منهم البطيء الغضب سريع الفيء ومنهم سريع الغضب سريع الفيء فتلك بتلك ألا وإن منهم سريع الغضب بطيء الفيء ألا وخيرهم بطيء الغضب سريع الفيء ألا

وشرهم سريع الغضب بطيء الفيء ألا وإن منهم حسن القضاء حسن الطلب ومنهم سيئ القضاء حسن الطلب ومنهم حسن القضاء سيئ الطلب فتلك بتلك ألا وإن منهم السيئ القضاء السيئ الطلب ألا وخيرهم الحسن القضاء الحسن الطلب ألا وشرهم سيئ القضاء سيئ الطلب".

من حديث نبينا الأمين، عليه الصلاة والسلام، نلاحظ التالي: أن هناك أربعة أنماط حددها بوضوح، وهي:

- سريع الغضب سريع الفيء.
- سريع الغضب بطيء الفيء.
- بطيء الغضب سريع الفيء.
- بطيء الغضب بطيء الفيء.

فما معنى الفيء؟ إنه العودة والتسامح، أي سريع التسامح والعودة للتواصل.

ومن هنا يتضح لنا بشكل فاصل أن ثمة أنماطًا خاصة، تعتمد على تكوين الإنسان الجسدي، ويمكننا أن نقسمها كالتالي:

١- بطيء الغضب سريع الفيء (شخصية جنوبية)

وهو الذي قال عنه الرسول عليه الصلاة والسلام (خيرهم).

٢- سريع الغضب سريع الفيء (شخصية شمالية)

ثم يأتي تاليًا في الأفضلية حيث قال عنه عليه الصلاة والسلام (فتلك بتلك) أي أن سرعة الغضب مذمومة لكن سرعة الفيء محمودة، فتمسح الثانية الأولى.

٣- بطيء الغضب بطيء الفيء (شخصية شرقية)

ولعله أراد عليه الصلاة والسلام فتلك بتلك، والله أعلم، أي بطيء الغضب صفة محمودة، وبطئ التسامح صفة مذمومة، فهذه بتلك.

٤- سريع الغضب بطيء الفيء (شخصية غربية)

وقد وصفه عليه الصلاة والسلام بكلمة (شرهم)، لأنه يحمل صفتين مذمومتين، سرعة الغضب والانفعال، مع بطء التسامح. ومن هنا بات بإمكاننا دراسة الأنماط بسهولة.

الصفات الأساسية لكل نمط والتي تحدد بدقة النمط السائد في الشخصية..

أهم الصفات المميزة للجنوبي:

البطء في الحركة + نشاط اجتماعي واسع.

وسنطلق عليه لقب "استرخائي انبساطي".

أهم صفتين تميزان الشمالي:

السرعة والعجلة + غير اجتماعي.

وسنطلق عليه لقب "انفعالي انطوائي".

أهم الصفات المميزة للشرقي:

البطء في الحركة + غير اجتماعي.

وسنطلق عليه لقب "استرخائي انطوائي".

أهم الصفات المميزة للغربي:

السرعة في الحركة والعجلة + نشاط اجتماعي واسع.

وسنطلق عليه لقب "انفعالي انبساطي".

النمط الشمالي [الانفعالي الانطوائي] ذكي حركي شجاع:

١- انفعالي وتعني أنه سريع الحركة، وهذا يعود إلى أسباب خاصة بجهازه الهرموني، ونظرًا لنشاطه المفرط الذي

لا يمكنه التحكم فيه، فهو يقوم بعدة أعمال في وقت واحد، ويسرع العمل، فيهمل التفاصيل، وقد يؤثر ذلك على الدقة والجودة. إنه صاحب الشمولية، ينظر إلى الأمر بنظرة شمولية لا تفصيلية.

٢- انطوائي، وهذا يعني أنه لا يفضل تعدد العلاقات واتساعها، فيكتفي بالعلاقات العائلية المحدودة، والصداقات القليلة والنادرة جدًا، وهذا يعود إلى قدرات جهازه العصبي.

٣- وبناء على هاتين الصفتين الأساسيتين يمكن أن نقول بأن الشخص الشمالي: شخص عجول دائمًا، سريع الحركة، دائمًا يشعر أنه لا وقت لديه، ولديه إحساس مضاعف بقيمة الوقت، عادة يتمتع بالنشاط والحيوية، فترة طويلة من اليوم، ولا يهتم بالتفاصيل كثيرًا، بقدر ما يهتم بتقديم الحلول المبتكرة، تجده ذكيًا غالبًا وأفكاره عبقرية.

راي الجنوبي في الشمالي:

عندما يراه الجنوبي يشعر نحوه بالشفقة، لأنه يقول انظروا كيف يجهد هذا الإنسان نفسه، إنه أشبه بالمجانين، إنه لا يعرف كيف يرتاح أو يسترخي، إنه إنسان مهووس بالحركة والعمل.

من صفات الشمالي الأساسية أيضًا:

عدم قدرته على تكوين علاقات اجتماعية عديدة، إنه لا يستطيع فعل ذلك، إنما يكتفي بالعلاقات السطحية والناجحة غالبًا مع الناس، لكنه ليس ممن يفضلون العلاقات العميقة كالجنوبي، إنه يكتفي بالعلاقات الأهلية، كما أنه لا يتواصل معهم كثيرًا أو على الدوام، ولهذا فهو يعرف بالانطوائي أيضًا.

والانطوائية فيه ليست سلبية، وليست مرضًا، وإنما صفة تساعده على التركيز، لما يتمتع به من جهاز عصبي نشط. فإن كنتِ عزيزتي تجدين نفسك ممن يقومون بعدة أعمال في وقت واحد، ويحبون القيام بالأعمال بسرعة، ولديهم صراع دائم مع الوقت، وليست لديهم علاقات اجتماعية كبيرة، وتميلين أكثر إلى الأنشطة غير

المشتركة، وتحبين القراءة على اللعبة الجماعية، فهذا يعني أنك تتمتعين بتكوين جسدي يخص الشماليين بلا منازع..

أهلاً بك في عالم الشماليين الجميل، الحساسين، المرهفين الحس، الغامضين، العمليين، الأذكياء.

لونهم الذي يرخي أعصابهم السماوي..

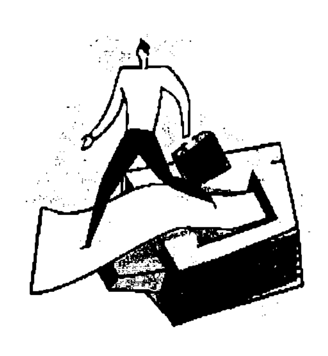
فهو يعطيهم إحساسًا بالراحة والهدوء ويلطف أحاسيسهم وعلاج عصبيتهم قيام الليل.

النمط الشرقي.. الاسترخائي الانطوائي.. منظم هادئ حكيم:

وهنا تجدون أن هذا النمط (الشرقي) يتميز بصفتين:

الأولى: الاسترخائية: وتعني أنه بطيء الحركة، أي بطيء الانفعالية أيضًا، فيفكر ببطء، يتحرك ببطء، ويتخذ قراراته ببطء أيضًا، ولذلك فهو يتسنى له أن يركز على التفاصيل، ويدقق في الجودة، والتحليل، ويتأنى كثيرًا ويتردد مرارًا، إنه شخص منظم جدًا، مرتب، يهمه النظام والترتيب، لديه طموح ولكنه طموح مدروس.

فإن كان الشمالي ذا طموح خاص وابتكاريًا ويميل إلى تكوين شركته الخاصة، فالشرقي طموحه العام هو أن يرقى في سلمه الوظيفي، وينال الدرجات العلمية العالية.



إنه شخص يهتم بآراء الناس رغم أنه انطوائي، وتهمه سمعته العامة، ومظهره العام.

الثانية: انطوائي، وهذه صفة يتشابه فيها مع الشمالي، فهو لا يميل إلى تكوين العلاقات، وليس لديه قاعدة كبيرة من الأصدقاء كالجنوبي.

ونظرًا لبطئه وانطوائيته يعتقد الآخرون أنه خجول، وضعيف الشخصية، لكنه بالعكس شخص طبيعي جدًا، وله صفاته الخاصة كما ذكرنا، لكنه يميل إلى الانطوائية شأنه شأن الشمالي نظرًا لطبيعة جهازه العصبي.

كيف يرى الغربيون الشرقيين؟

يقولون بأنهم لا يعرفون فن الاستمتاع بالحياة، يخافون التغيير، ويحرصون على ممارسات وطقوس عامة تحرمهم الحرية والاستمتاع، كما يصفونهم بالسوداوية.

وبشكل عام نظرًا إلى خوف الشرقيين من التغيير، أو لأنهم لا يتصفون بالمرونة الكافية لتقبل التغييرات، فهم على سبيل المثال، كانوا من السباقين لمهاجمة الهواتف النقالة أول ما ظهرت، وكانوا من السباقين لتجنب الكاميرا في الهاتف النقال، إنهم لا يميلون إلى التغييرات الحديثة، إلا بعد أن تصبح عادة ويتقبلها كل المجتمع.

وهم مهمون في المجتمع إذ إنهم يحافظون على الإرث الاجتماعي، ويضفون على العالم طابع القيمة الأصيلة. هذا النوع من النساء أو الرجال يطلق عليهم بالتقليديين، إن كنت أختي تشعرين أنك بطيئة الحركة في اتخاذ القرارات وفي الغضب، وإن كنت لا تميلين إلى تكوين العلاقات الاجتماعية، وتشعرين بصعوبة في ذلك، فأنت شرقية بلا منازع.

فأهلاً بكِ إلى عالم الأصالة والحكمة، والتأمل والاسترخاء، إلى عالم الشموع والزيوت الطبيعية، إلى عالم الشرق الجميل. لونك المفضل الأخضر، تحبينه لأنه النماء المنظم.. أيتها الرائقة المنظمة المرتبة، أيتها الهادئة الطباع الغامضة، نقطة ضعفك الخجل، وعلاجك قراءة القرآن بصوت جهوري.

وهكذا نجد أن كلاً من الشمالي والشرقي يتشابهان بصفة مهمة، وهي الانطوائية، كما يختلفان في معدل الانفعالية، فالشمالي حركي، سريع، نشيط، والشرقي هادئ، مسترخٍ، متأمل، متأنٍ.

إذًا ماذا عن الشخصية الشمالية الشرقية؟

الشخصية الشمالية الشرقية :

أهم صفاته الأساسية:

متوسط الانفعالية، أي متوسط الحركة، ليس سريعًا، وليس بطيئًا، ولكنه انطوائي أيضًا.

ومن أهم صفاته، أنه يتخذ قرارات ذكية، لكنها مدروسة، منظم، والنظام يجعل عمله أجمل، شخص منجز، وخدوم، معطاء، لكن انطوائيته تضعف حظه، فهي تعطيه مظهرًا متكبرًا، ويعتقد الآخرون أنه مغرور، مع أنه ليس كذلك، لكن نصفه الشرقي يدفعه إلى الاعتناء بنفسه، والاهتمام بمظهره، وانطوائيته تجعله يهرب سريعًا من أمام الناس، وينسى أن يلقي التحية غالبًا.

إنه شخص يُعتمد عليه، ويتحمل المسؤولية، حساس ورقيق المشاعر، لكنه لا يعرف كيف يعبر عن أحاسيسه.

النمط الجنوبي.. استرخائي انبساطي [اجتماعي، هادئ، غريزي، حالم]:

أهم صفتين أساسيتين في النمط الجنوبي:

- الاسترخائية، أي بطء الحركة، والتأني، فهو في ذلك يشبه الشرقي، لكنه يختلف عنه في أمر مهم، وهو الانبساطية، بمعنى الاجتماعية.

إن الاسترخائية لدى الجنوبي تجعله شخصًا هادئًا، بطيئًا قليل الحركة، يحب النوم، ويميل نحو الاستمتاع، ويعرف أنه شخص

غرائزي، أي أنه يميل نحو الاستمتاع بالغرائز الأولية، كحبه للنوم، والطعام والجنس، والحب، والمديح، والعلاقات الاجتماعية.

- انبساطي، أي أنه اجتماعي، يتصف بقدرته على تكوين قاعدة اجتماعية كبيرة، ويتمتع بالعلاقات العامة الناجحة، يعرف كيف يكسب الآخرين، بل ويحب أن يجعل علاقاته عميقة نوعًا ما، يحب الرجل من هذا النوع أو المرأة تناول الطعام مع الأصدقاء.

كما يحب اقتسام الأنشطة الاجتماعية مع الآخرين عندما تمنعه الظروف من التواصل الاجتماعي يصاب بالمرض النفسي، والاكتئاب والخمول، على العكس من الشمالي الذي تصيبه كثرة العلاقات العامة بالمرض والتوتر والعصبية.



تلاحظ أن الجنوبي شخص ودود، يميل إلى المثيرات العصبية الأكبر مفعولاً، لذلك يميل إلى التواصل الجسدي مع المحبوب.

بينما يميل الشمالي إلى التواصل الحسي، أي بعيدًا عن التواصل الجسدي، والجنوبي شخص حالم، لا يصح أن نطلق عليه شخصًا طموحًا، لأنه لا ينجز الكثير، لكنه يستغل علاقاته أحيانًا للحصول على منافع معينة، يقدس أصدقاءه، ويعتز بهم، ولا يقبل أن يسيء أحد لهم، يتأثر برأيهم، ويغير حياته أيضًا لأجلهم أحيانًا.

يحلم دائمًا بالأشياء الثمينة، والمستويات العالية، لكن تكوينه الجسدي لا يسعفه بتحقيق ذلك، فيما تساعده علاقاته العامة في تحقيق الكثير بلا مجهود..

وحده الشمالي، الذي ينجز ويبني حياته عصاميًا.

كيف يرى الشماليون الجنوبيين؟

عندما يرى الشمالي الجنوبي لأول مرة يشعر أنه شخص وصولي، وأنه كسول، وعديم الفائدة، ولذلك فهو لا يحترمه، ولا يقدره، وقد يسبب هذا الأمر تحسسًا وفجوة بينهما، إنه يقول عن الجنوبي بأنه شخص لا يفكر سوى في نفسه، وفي ملذاته، بينما يعتقد الجنوبي أن الشمالي لا يعرف كيف يعيش بشكل صحيح.

إذًا عزيـزتي إن كنـت إنـسانة اجتماعيـة، وتميلـين إلى الراحـة والاسترخاء، والتمتع بكل ما حولك بهدوء وروية..

فـأهلاً بـكِ إلى عـالم الجنـوبيين، إلى عـالم الرومانـسيين، الحـالمين، المحبين، إلى عـالم اللذة والجودة والاستمتاع، إلى الحياة الاجتماعية الراقيـة، إلى الفخامـة أيـضًا. لونـك المفـضل الأحمـر، فهـو مهـم ليشعرك بالحياة، وعلاج كسلك الدعاء المستمر.

إذًا فكـما نـرى فـإن الجنـوبي يتفـق مـع الـشرقي في إحـدى صـفاته الأساسـية، ألا وهـي الاسـترخاء، فالـشرقي شـخص اسـترخائي، والجنوبي كذلك، لكن يختلفان في صفة أساسية مهمة، وهي الصفة الاجتماعية، فالشرقي انطوائي، والجنوبي انبساطي.

إذًا كيف يكون الإنسان ذا نمط جنوبي شرقي؟

إذا كنتِ متوسـطة العلاقـات الاجتماعيـة، أي لـست مفرطـة في علاقاتـك، ولا تـسمحين لهـم بالتـدخل في حياتـك، ولكنـك تميلـين إلى تكـوين العلاقـات، وفي نفـس الوقـت إن كنـت هادئـة بطيئـة غـير منجزة، فهذا يعني أنك شخصية جنوبية شرقية.

اي متوسطة الانبساطية (الاجتماعية)

+ استرخائية (بطيئة)

= شرقية جنوبية.

اللـون المفـضل، ادمجـي اللـون الأخـضر مـع الأحمـر، عـلام ستحصلين؟

الـنمط الغربـي.. انفعـالي انبـساطي.. منطلـق حـر متجدد:

أهم صفتين أساسيتين في النمط الغربي:

١- انفعالي: فهو مثله مثل الشمالي في العجلة، إنه يرى بأن الحياة قصيرة ويجب أن تعاش بشكل ممتع، يريد أن يستمتع بكل لحظة من لحظات الحياة، يحب المتعة والبهجة، ومنطلق، وفي صراع دائم مع الوقت، في ذلك فهو كالشمالي.

٢- انبساطي اجتماعي، أي أنه نشط اجتماعيًا، يتمتع بالقدرة على تكوين العلاقات العديدة، ومنفتح على الناس والمجتمعات الأخرى، مرن فعال، يحب أن يتغير في كل مجتمع وفق ما يناسبه، ومن السهل أن يستمع لوجهة

نظرك المخالفة وقد تغير أنت رأيه، إنه متجدد يحب الابتكار، يميل إلى الأنشطة المبتكرة، فهو إن كان رجلاً يحب ركوب الدراجات الهوائية مثلاً والدراجات المائية وغيرها من الألعاب الجماعية، متعدد العلاقات، ويقود غيره ، ذكي، لماح، بل شديد الذكاء عبقري، لكنه لا يستغل ذكاءه في إنجاز أشياء عملية بقدر ما يستغله ليحصل على أكبر قدر من الاستمتاع.

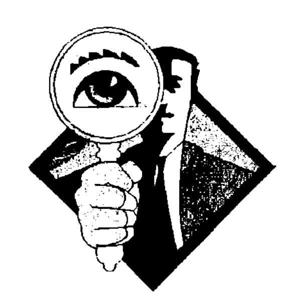


الغربيون فضوليون، إنهم السبب في وصول الإنسان إلى القمر، إنهم لا يعرفون المستحيل.

بينما الشرقي فضولي بالنسبة لزوجته، يحب أن يعرف كل شيء تفعله وتقوم به.

كيف ينظر الشرقيون إلى الغربيين؟

يقولون عنهم: مجموعة من الأناس الفوضويين، الشهوانيين، إنهم لا يعرفون التأني ولا التفكر، إنهم متعبون، ويسيئون دائمًا إلى العادات والتقاليد لا يحترمون المجتمع، ولا الأطر الاجتماعية العامة، لا يقدسون الأسرة، ولا يحسنون العناية بها. أفضل ما يتميزون به، روح الجماعة والابتكار والانطلاق، والحرية النفسية..



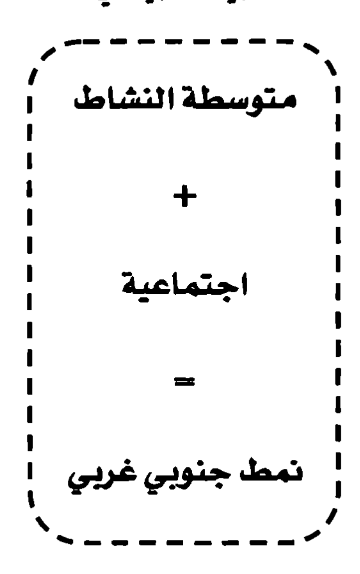
وأسوأ صفاتهم الفوضوية، والأنانية نوعًا ما، والانغماس في المتع..

إن كنتِ شخصية سريعة الحركة، تنجزين أكثر من عمل في وقت واحد، تقدسين الوقت، لكنك لست دقيقة الجودة، وإن كنت اجتماعية في نفس الوقت، تحبين وجود الناس من حولك، ويمدك ذلك بالطاقة فهذا يعني أنك غربية بلا منازع.. أهلاً بك في عالم الغربيين، حيث الانطلاق والتحدي والابتكار، حيث الفرح والتغلب على المصاعب بالفكرة الجبارة، حيث

الحرية النفسية والتجدد الدائم، وتحطيم قيد الروتين، حيث الحب المتجدد..

لونك المفضل هو الأصفر، لأنه يعبر عن رغبتك التنافسية الشديدة.

وعلاج اندفاعك الكبير صلاة النوافل والزواج المبكر. وهكذا تجدون أن النمط الغربي يتشارك مع الجنوبي في صفة مهمة وهي الانبساطية، بينما يختلفان في معدل النشاط، لذلك فإن الشخصية ذات النمط الجنوبي الغربي هي الشخصية:



بينما الشخص العالي الانفعالية، أي نشيط جدًا، وسريع الحركة، لكنه متوسط من حيث علاقاته الاجتماعية فيعتبر شخصًا جنوبيًا غربيًا..

الكثيرون لا يستطيعون التركيز بالأنماط ويحتارون بين صفة وأخرى فنخطئ بتحديد النمط الصحيح..

بعد هذه الجمل لن تحتاري ولن تختاري كلمتين متضادتين بعد الآن..

ففي السطر الواحد يجب أن تختاري أحد الاختيارين، وفي النهاية يجب عليك أن تحصلي على ٤٠ جملة مختارة ٢٠ من الشمالي والجنوبي و٢٠ من الشرقي والغربي العدد الأكبر نمطك الغالب، والعدد الذي يليه نمط ما دون الغالب، والأقل هو الحلقة الأضعف لتعملي على تقويتها لديك.

هل أنت شمالي أكثر أم جنوبي؟

- أنت سريع الغضب سريع الرضا /بطيء الغضب سريع الرضا

- صوتك عالٍ عند الحديث وتصرخ عند الغضب / صوتك هادئ وعندما تغضب يزداد حدة في الأسلوب وتكره الصراخ.
- تميل أن تكون قائدًا ولا تحب أن تكون تابعًا فأنت شجاع وتستطيع الارتجال / أنت عضو مع الجماعة أو الفريق وتكره أن تتولى القيادة.
- سريع وكثير الحركة وتحب أن تنجز العمل باختصار ولا تهمك التفاصيل / بطيء بإنجاز أعمالك وواجباتك وتحتار كيف تبدأ
- ذكي تفهم تلميحات الآخرين / تتأخر في فهم تلميحات الآخرين وتفهمها بعد فوات الأوان
- لا تحب تضييع الوقت فالوقت قصير ولا تستطيع البقاء دون عمل / تحب النوم والاسترخاء وتعشق الحياة والراحة والاستمتاع بيومك ولا تحب النكد

- همك الأكبر تسليم الأعمال بنفس الموعد أو حضور الموعد/ كثيرًا ما تؤجل مواعيدك أو تماطل بها
- تكره التشجيع أو النصائح لكنك تحب المديح /تحب المديح والتشجيع
- تحب الانطواء والانشغال بأعمالك /أنت اجتماعي ولا تستطيع البقاء خارج الجماعة
- أنت إنسان عملي وتعبر عن اهتمامك بأفعالك /ودود تحب الرعاية وحنون
- أنت واقعي ولا تحلم كثيرًا إلا بما ستحققه بالمستقبل / حالم كثير السرحان والخيال
- تتخذ قراراتك دون حاجة لاستشارة أحد/ متردد فعند الخيارات تزداد حيرتك وتحتاج إلى المشورة
- مرهف الإحساس ولا تسمح لأحد بجرحك وتأخذ حقك بنفسك لكنك عجول لذلك تتعرض للخطأ في الحكم على

الآخرين/ حساس ويسهل جرحك ولا تأخذ حقك بالرد على من يجرحك وتحس أن الدنيا لم تنصفك

- طموح فلا تكتفي بنجاح واحد فالنجاح يدفعك لنجاح آخر ولا تستطيع التوقف /غير طموح ولا تستطيع المواصلة أو الاستمرار

- لا تميل إلى تكوين الصداقات الكثيرة /تقدس الصداقات ولا تستطيع أن ترفض لهم طلبًا ودائم المجاملة ولو على حساب وقتك أو مشاعرك

- تحب الحصول على مبتغاك من مجهودك الشخصي لتستمتع بالنتائج /تحلم بالحصول دائمًا على الأشياء الثمينة والمستويات العالية بلا مجهود وتحب الهدايا المصنوعة يدويًا - تميل إلى الملابس المتكلف فيها أو الرسمية وتحب الألوان الغامقة /تميل إلى الأزياء الهادئة والنقوش الصغيرة والحريرية أو البسيطة بدون تكلف أو العملية وتحب

الألــوان الفاتحــة والدافئــة وتعــشق الجــودة والفخامــة والماركات المشهورة

- تواجـه مـشاكلك وتبحـث عـن الحلـول / لا تحـل مـشاكلك وتلجأ للهروب عنها بتسلية نفسك
- لا تحـب الانغـماس في الملـذات وجـاد في قولـك وعملـك/ تعشق الرومانسية قولاً وفعلاً
- لا تتكلم كثيرًا عـن نفسك وتحـب القـراءة / تحـب أن تـتكلم كثيرًا عن نفسك وغامض في خصوصياتك

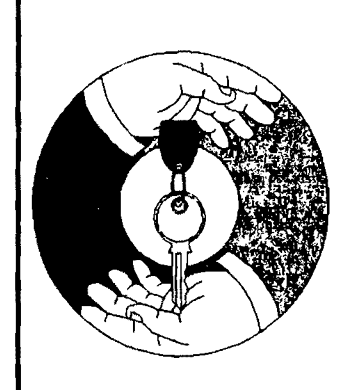
هل انت شرقي اكثر ام غربي ؟

- أنـت بطيء الغـضب بطيء الرضـا /أنـت سريع الغـضب بطيء الرضا
- أنـت شـخص مرتـب وتحـب أن يكـون كـل شيء في مكانـه/ فوضــوي فأنــت تــراكم أعمالــك وتهمــل ترتيــب خزانــة ملابسك وتضيع أوراقك الثبوتية

- ✍ أنت منظم في حياتك فوقت الأكل بميعاده ووقت النوم كذلك/ تتأخر بالمواعيد أو لا تحضرها
- ✍ هادئ بالحديث وتمهد بالحديث عند التنقل من قضية لقضية أخرى /تنفعل بسرعة وحديثك غير مرتب تدخل في مناقشة قضية ثم تنتقل لقضية أخرى دون تمهيد لها
- ✍ حكيم باختياراتك فمثلاً تشتري ملابس الأطفال أكبر برقم لتبقى أكثر/ تقوم بالشراء دون التفكير عن مدى حاجتك له أو حتى ملاءمته لقطعة أخرى، قد تشتري قميصين وجاكيت وتنسى البنطلون وقد تشتري تحفًا لأن شكلها غريب
- ✍ بطيء بالاختيار واتخاذ القرارات /متعجل ومغامر باتخاذ القرارات وتحب الخوض في تجارب جديدة
- ✍ تستطيع التركيز على شيء واحد وبعد الانتهاء منه تبدأ بما يليه/ تستطيع القيام بأكثر من عمل لذلك أحيانًا لا تنهي أيًا منها

- ✍ غالبًا ما تكون محللاً وتتكلم كثيرًا بـ (يجب والمفروض)/ لا تركز على تصرفات من حولك فكل شخص له حرية الرأي والتصرف
- ✍ متأن بأداء عملك ومشيتك وتناول طعامك /متعجل في أداء أكثر من عمل وفي مشيك وتناول طعامك
- ✍ انطوائي لا تحب الإكثار من الصداقات/ متعدد العلاقات والصداقات وتحب التباسط مع من تعرف ومن لا تعرف حتى في أماكن الانتظار
- ✍ تحب الروتين ولا تحب تغيير عاداتك اليومية/ متجدد فلا تظل على نظام واحد طوال السنة تلبس كل غريب وجديد تحب الملابس ذات الطابع الغربي كالجينز والكاجوال
- ✍ تقليدي وأصيل تعمل حسب العادات والتقاليد والدين والأصول وتلبس الملابس المحتشمة /منفتح ومتحرر سواء عمليًا أو عقليًا وتهوى التقدم
- ✍ متأمل ومنصت أكثر من كونك متحدثًا/ أنت تحب التحدث كثيرًا

- ✍ غامض لا تتكلم كثيرًا أو لا تحب التعمق/ لا يوجد لديك مكان للغموض فأنت كتاب مفتوح
- ✍ خجول لا تبادر بالتحدث أولاً بين الجماعة/ أنت جريء وتحب المبادرة بالحديث وغيره
- ✍ تتطرق لانتقاد الناس عندما لا يعجبك رأي أو تصرف ما/ أنت مرن وفعال تقبل وجهة نظر غيرك واقتراحاتهم
- ✍ حريص في حفظ حاجياتك وفي توصياتك /غالبًا ما تضيع أغراضك وتوصيات الناس لديك
- ✍ اقتصادي في مالك ولا تضعه إلا في محله/ تحب صرف المال لإسعادك وإسعاد من حولك
- ✍ على طبيعتك رائق فنفسك طويل وبالك مرتاح/ أنت سريع الملل وتبتكر الطرق الجديدة للسعادة
- ✍ تتحول إلى موسوس بعض الأحيان من الحرص ودقة التفكير/ أنت فضولي لأنك ذكي وعبقري ومخترع وتحب الابتكار



الآن يمكنكم ان تحددوا نمطكم ونمط أزواجكم، وبالتالي يسهل عليكم التعامل معهم.



عزيزي الرجل..
احذر ٩ أنواع من الفتيات لا يتزوجهن الرجال

في دراسة أجراها قسم علم النفس في كلية الآداب في جامعة مصرية توصلت إلى أن الصفات التي لا يحبها الشباب في زوجات المستقبل وصلت إلى ٩ صفات تزعج الشباب وتجعلهم يقلقون من ارتباطهم بفتاة تملكها، ونحن ندعو كل الفتيات إلى التخلي عنها حتى يكن زوجات مثاليات..

الغيورة:

أولى هذه الصفات التي ينفر منها الشباب في زوجاتهم في المستقبل وهي هنا بمعنى الشك فهم يطالبون ببعض الغيرة التي تقوي الحب ولكنهم يرفضون الشك الذي يعني الجحيم في الحياة الزوجية، فهم يريدون الثقة من زوجاتهم، ولا يريدون أن يقدموا

كشف حساب عن كل خطوة يخطونها ولابد من وجود الثقة والحب وبعض الحرية أيضًا.

المتملكة:

ثاني صفة وهي الزوجة التي تتسم بحب التملك الزائد والسيطرة وهي تريد من زوجها الحب كله والخضوع والاستسلام لها فقط وتغضب إذا رأت زوجها يهتم بأحد آخر أو يحب إنسانًا آخر غيرها فهي بذلك تقضي على شخصية زوجها وتسبب له المشاكل وتجعله يكره الحياة الزوجية وهذا لا يعتبر حبًا وحنانًا بل هو تملك وسيطرة.

المتمردة:

زوجة لا ترضى بمعيشتها وهي دائمًا في حالة تذمر وشكوى من كل شيء، ليست قانعة بما لديها ودائمًا تريد المزيد وهي بذلك تضغط على زوجها حتى ينفذ لها رغباتها وطلباتها..

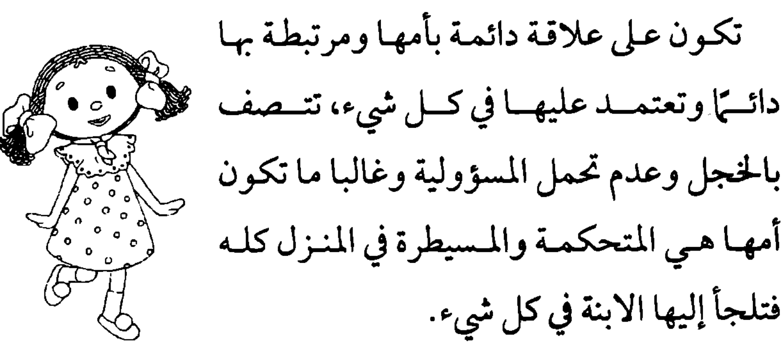
هي نوع من الزوجات المدمر لأنها تبحث عن نفسها وسعادتها فقط ولا تحافظ على زوجها أو بيتها وكثيرًا ما تنتهي هذه الزيجة إما

بالطلاق أو بمشاكل مالية ضخمة ليس للزوج فقط ولكن لها هي أيضًا.

☯ اللامبالية:

لا تهتم بزوجها إطلاقا ولا بيتها ولا تحاول تلبية حاجاته أو مطالبه من حسن معاشرة أو اهتمام بشؤون المنزل، وهنا يشعر الزوج بأنها لا تحبه أو تهتم به وقد يؤدي به هذا إلى الشعور بالقسوة معها لمحاولة تقييمها ويصبح الزوج غير مهتم بها وغير متعاطف معها مما يؤدي إلى وجود الفرقة والغربة وعدم الترابط بينهما.

☯ الطفلة:





تكون على علاقة دائمة بأمها ومرتبطة بها دائمًا وتعتمد عليها في كل شيء، تتصف بالخجل وعدم تحمل المسؤولية وغالبا ما تكون أمها هي المتحكمة والمسيطرة في المنزل كله فتلجأ إليها الابنة في كل شيء.

وهي بذلك لا تصلح زوجة حتى بل لا تصلح أمًا لأبنائها لأنهم سينشؤون أطفالاً فاقدي الثقة بأنفسهم معدومي الشخصية.

☯ الغائبة:

غالبًا ما تكون الزوجة العاملة فلابد أن توازن الزوجة بين عملها وزوجها وأطفالها وبيتها فلا تحرمهم منها بحجة العمل فيفقد بذلك زوجها الإحساس بقربها منه ومشاركته في جميع نواحي حياته واهتماماته مما يؤدي إلى وجود هوّة ومشاكل بينهما.

☯ الضعيفة:

تعودت على الاستسلام لمن حولها وهي تعجز عن اتخاذ أي قرار بنفسها ولا تحاول أن تبدي أي مشورة أو رأي أو نصح، فهي ضعيفة الشخصية ومنقادة ولم تتعود على تحمل المسؤولية وغالبًا ما يكون أهلها هم السبب ويفتقد الزوج فيها الشريك الناصح الأمين الذي يشاوره في أموره ويشركه في اهتماماته ويأخذ رأيه في المشاكل التي يواجهها.

الموسوسة:

تتصور عن زوجها أسوأ الأشياء مثل عندما ترتفع درجة حرارة زوجها فتعتقد أنه أصيب بالحمى وعندما يتأخر في عمله فقد أصيب بحادث فهي بذلك تطارده بالوسواس والخيالات.

الكاملة:

تحرص دائمًا على أن تفعل الشيء السليم وتبالغ فيه حتى يخرج في منتهى الدقة والإحكام حتى لو كان على حساب أعصابها وأعصاب من حولها وهي تؤدي بذلك إلى درجة عالية من العصبية في الحياة الزوجية، ويمكن لهذا الإحساس أن يدفع الزوجين إلى التوتر والانفعال ويمكن أن يتحول الزوج وقتها إلى رجل مشاكس وعنيد ويتمرد على ما تفعله حتى لو كان من أجله ولا يهمه إرضاؤها.





أسباب عناد الزوج

تشكو بعض الزوجات من عناد الزوج وتصلب رأيه مما يدفع بالحياة الزوجية إلى طريق شائك، ويكون عناد الرجل نتيجة أسباب تولدت بداخله، نذكر منها:

١- قد يكون طبعًا يصل بجذوره إلى مراحل حياته الأولى نتيجة تربية خاطئة، فالطفل قد يتشبث برأيه فيبتسم الوالدان وينفذان ما يريد ثم يتطور الأمر إلى أن يصبح شابًا ليتحول بعد ذلك إلى سلوك يومي يرافقه في زواجه وفي سائر حياته اليومية ويمثل نوعًا من التمرد.

٢- قد يكون عناد الزوج تقليدًا للأب.

٣- قد يأتي العناد من الزوج لعدم التكيف مع الزوجة والشعور باختلاف الطباع فيكون العناد صورة من صور التعبير عن رفض سلوك الزوجة وعدم الانسجام في الحياة الزوجية.

٤- تسلط الزوجة وتعمدها أحيانًا إثارة غضب الزوج وتحديه قد يكون عاملاً من عوامل إثارة نزعة العناد عنده.

كيفية العلاج

لا شك أن للزوجة دورًا في علاج عناد زوجها، ليتم التوازن النفسي ويتحقق الاستقرار الأسري وذلك من خلال ما يلي:

أولاً: تجنب الأسباب المؤدية للعناد، أما إذا كان العناد طبعًا فيه فلتصبر الزوجة وتحاول قدر المستطاع تجنب مواطن النزاع حتى تتخلص من هذه الصفة.

ثانيًا: منح الزوج مزيدًا من الحب والاهتمام والتقدير والاحترام.

ثالثًا: التصرف بذكاء وهدوء عند عناد الزوج وامتصاص غضبه وتأجيل موضوع النقاش إلى وقت آخر يكون الزوج فيه في حالة من الهدوء حتى يسهل إقناعه..

والزوجة الذكية تعرف جيدًا كيف تحتوي طباع زوجها وتجعلها نقاط قوة في صالحها.

رابعًا: التعود على أسلوب الحوار واحترام الرأي الآخر ونسيان المواقف السلبية والتعامل بروح التسامح، وليتنازل كل من الزوجين حتى تسير الحياة في أمان واستقرار.

وفي الأخير.. أنصح كل زوجة ألا تحاول معاندة زوجها أو تحديه لأنها ستكون بالتأكيد الخاسر الأكبر وبدلاً من ذلك تستطيع بقليل من الذكاء وحسن التصرف أن تفعل ما تريد وقتما تريد دون أن تجعل الزوج يحس أنه فقد سيطرته على البيت أو أن شخصيته في خطر.

تعلمي أن تتصرفي معه بلباقة دائمًا.

الزوج العنيد.. كيف تتعاملين معه؟

لا يمكن مواجهة العند بفعل مثله والزوجة الذكية هي التي تستطيع أن تتعامل مع زوجها بمهارة وفن وحكمة، ولا يوجد زوج يتصف بالكمال، وعلى الزوجة أن تكون على معرفة ودراية بأنماط الشخصيات المختلفة حتى تعرف من أي نمط تتكون شخصية زوجها فتدرك أسلوب التعامل معه.

فالعناد يقابلنا في حياتنا، سواءً أكان على مستوى الحياة العامة (الأصدقاء، العمل، الخدمات)، أو على مستوى الأسرة (الزوج، الزوجة، الأطفال، الأخوات، الإخوة، الحموات).. ومن الممكن أن تكون صفة العناد بداخلنا، ولكن لا نعرف كيف نعالجها ونتعامل معها؛ حتى تقينا وتحمينا من السلبية والتأخر والتخلف عن مواطن التقدم، فتمنع عنا الخيرات والبركات.

العناد.. أشكال وألوان

العناد هو السلبية التي يبديها الشخص تجاه الأوامر والنواهي والإرشادات الموجهة إليه من قبل الآخرين، وهو الإصرار على الفعل الذي يخالف الأوامر.

ويتكـــون العنـــاد عنـــدما لا يـــستطيع الإنـــسان التكيـــف مـــع الظروف.

أسبابه:

- ✍ عـدم الـنضج وانعـدام القـدرة عـلى التمييـز بـين الـصواب والخطأ.



- ✍ التمركـــز حـــول الـــذات والأنانية الشديدة.
- ✍ فقـدان أصـول التعـايش مـع الآخــــرين، حيــــث يــــتعلم الأخطاء من الوالدين.
- ✍ الإصرار على الرأي.
- ✍ الإجهاد.. فالإنسان عندما يتعب يتصرف بانفعال.
- ✍ الوراثة من الوالـدين نتيجة المعاملة الأسرية التي لا تتسم بالاحترام وبث الثقة في النفس.

من أنواعه:

- التحدي الظاهر، ويكون صاحبه على استعداد للمعركة والمشاحنة في أي وقت.
- العناد الحاقد، وهو عمل عكس الشيء الذي يُطلب منه.

خصائص الشخصية العنيدة:

- يتجاهل وجهة نظرك، ولا يرغب في الاستماع إليها؛ لأنه لا يحب أن يرضخ لأوامر أحد أو آرائه.
- يرفض الحقائق الثابتة لإظهار ذاته.
- متسرع وغير ناضج من الناحية العاطفية والانفعالات، حساس، ومتمركز حول ذاته، شكاك ووسواس، ضعيف النفس، ينقصه الهدف في الحياة.
- قاس في تعامله، ويملك الحجة أحيانًا أو الصوت العالي. ليس لديه احترام للآخرين، ويحاول النيل منهم إذا لم يستجيبوا لعناده أو وجهة نظره.

- لديـه مـشكلة في طريقـة التفكـير، ويفتقـد إلى التعـاون والتواصل مع الآخرين والتعبير عن النفس.





هل ترضى الفتاة بالزواج من شخص عنيد؟

هناك من الفتيات اللاتي يرغبن في الزواج من الشخص العنيد؛ لأنه يمثل عندها القوة والشخصية، ولكن إذا كانت الفتاة تتمتع بشخصية قوية فلا ننصحها بذلك..

كذلك إذا كانت درجة العناد في الزوج نابعة من شعور بالنقص فلا ننصحها بالاقتران بمثل هذا الزوج.

نصائح للتعامل:

وإليك بعض الإرشادات التي تعينك في التعامل مع زوجك العنيد:

☑ الحوار الهادئ الذي يتميز بالتفهم والاستماع.

☑ تقبليه كما هو وعبري دائمًا عن حبك بلمسات عملية.

☑ التشجيع والتعاون ومشاركته في أعمال مفيدة، ومساعدته على اتخاذ القرارات الجماعية بما يقلل من درجة العناد.

☑ شجعيه وامنحيه الحافز الإيجابي دائمًا.

☑ تقوية العلاقات معه بالحب والأمل.

☑ عدم إصدار الأوامر له والتحدث معه بقسوة.

☑ البحث دائمًا عن أشخاص متعاونين معه مثل الأصدقاء والمعارف.

☑ تجنب المواقف المثيرة للانفعال.

☑ اتركيه يعبر عن انفعالاته وأعطيه الفرصة للتعبير عن رأيه.

☑ أعطي له مساحة من الاستقلالية والحرية.

☑ لا تضغطي عليه بكثرة طلباتك.

☑ احتويه بلمسات حبك وازرعي الأمان في قلبه معك.

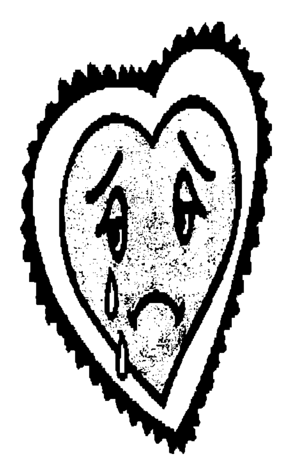
☑ تحدثي معه من خلال سلوكياتك..

☑ اجعليها رسائل له مفعمة بالحب والحنان.. فبالحب تقهرين العناد.

لا بد أن تعرفي أن طاقة الحب طاقة شفائية، ولها ذبذبة عالية تجلب الخير وتقوّم النفس، وتجعل الصعب سهلاً، فلتنشري بالحب والسلام ما تريدينه، وتوجهيه إلى الخير، حتى يتم إصلاح حياتك، وتستطيعين بذلك تحويل الطاقة السلبية إلى طاقة إيجابية مع تمنياتي للجميع بحياة ملؤها السعادة والحب.



أسباب فشل الحياة الزوجية



الحياة الزوجية يفترض فيها أنها أبدية، وأبدية هنا لا تعنى استمرارها فقط في حياة الزوجين بل تعنى أيضًا امتدادها فى الحياة الآخرة بشكل أكثر روعة وإمتاعًا فى حالة كونهما زوجين وفيين مخلصين صالحين.

وأبدية العلاقة الزوجية ضرورة لإشباع حاجات الطرفين من السكن والمودة والرحمة وما يتفرع عنها من حب ورعاية واحتواء وارتواء، وضرورة أيضًا لنمو الأبناء فى جو أسرى دافئ ومستقر ومطمئن، خاصة وأن طفولة الإنسان هى أطول طفولة بين المخلوقات، ولذلك تحتاج لمحضن أسرى مناسب يمنح الأبناء ما

يحتاجونه من مأكل ومشرب ومأوى وأمان وحب وتقدير ورعاية لكى يحققوا الغاية العظمى التى خلقوا من أجلها.

ولكن للأسف يحدث فى بعض الأحيان خلل فى منظومة الحياة الزوجية يكون سببه مشكلة فى أحد الزوجين أو كليهما أو مشكلة فى توافقهما أو مشكلة فى طبيعة العلاقة بينهما. ولكى نتجنب فشل الحياة الزوجية ما استطعنا تعالوا نستعرض أهم أسباب ذلك الفشل من خلال أرشيف العيادة النفسية، وصفحات الحياة اليومية:

أسباب شخصية

١- اضطراب شخصية أحد الزوجين أو كليهما:

وفيما يلى نستعرض بعض سمات الشخصيات الأقرب للفشل فى الحياة الزوجية، وهذه السمات والأنماط الشخصية قد توجد فى الزوج أو الزوجة على حد سواء، وننبه القارئ أننا سنستخدم صيغة المذكر فى أغلب الأحوال (باستثناء الشخصية الهستيرية

التى يغلب وجودها فى النساء) لسهولة التناول ولكن ما سنقوله ينطبق على الرجل أو المرأة على حد سواء:

- الشخصية البارانوية (الشكّاك، الغيور، المستبد، المتعالى).

- الشخصية النرجسية (المتمركز حول ذاته، الأنانى، المعجبانى، الطاووس، المتفرد، الساعى إلى النجومية والنجاح والتألق وحده على حساب الآخرين، الذى يستخدم الآخرين لتحقيق نجاحه حتى إذا استنفذوا أغراضهم ألقاهم على قارعة الطريق وبحث عن غيرهم).

- الشخصية السيكوباتية (الكذّاب، المحتال، المخادع، الساحر، معسول الكلام، الذى لا يلتزم بعهد ولا يفى بوعد، ويبحث دائمًا عن متعته الشخصية على حساب الآخرين، ولا يلتزم بقانون، ولا يحترم العرف، ولا يشعر بالذنب، ولا يتعلم من خبراته السابقة فيقع فى الخطأ مرات ومرات).

- الشخصية الهستيرية (الدرامية، الاستعراضية، الزائفة، الخادعة والمخدوعة، السطحية، المغوية، التى تعد ولا تفى وتغوى ولا تشبع، الجذابة، المهتمة بمظهرها أكثر من جوهرها، الخاوية من الداخل رغم مظهرها الخارجى البرّاق الأخّاذ، التى تجيد تمثيل العواطف رغم برودها العاطفى، وتجيد الإغواء الجنسى رغم برودها الجنسى، ولا تستطيع تحمل مسئولية زوج أو أبناء، هى للعرض فقط وليست للحياة، كل همها جذب اهتمام الجميع لها).

- الشخصية الوسواسية (المدقق، الحريص بشدة على النظام، العنيد، البطيء، البخيل فى المال والمشاعر، المهتم بالشكل والنظام الخارجى على حساب المعنى والروح).

- الشخصية الحدية (شديد التقلب فى آرائه وعلاقاته ومشاعره، سريع الثورة، كثير الاندفاع، غير المستقر فى دراسته أو عمله أو علاقاته، يميل إلى إيذاء نفسه، ويميل إلى الاكتئاب والغضب، ومعرض للدخول فى الإدمان، ومعرض لمحاولات الانتحار).

- الشخصية الاعتمادية السلبية (الضعيف، السلبى، الاعتمادى، المتطفل، أينما توجهه لا يأتى بخير).

- الشخصية الاكتئابية (الحزين، المهموم، المنهزم، اليائس، قليل الحيلة، المتشائم، النكد، المنسحب، المنطوى).

٢- عدم التوافق [رغم سواء الطرفين]:

قد يكون كل من الزوجين سويًا فى حد ذاته، ولكنه فى هذه العلاقة الثنائية يبدو سيئًا، وكأن هذه العلاقة وهذه الظروف تُخرج منه أسوأ ما فيه.

٣- القصور في فهم النفس البشرية بما تحويه من جوانب مختلفة إيجابية وسلبية:

فهناك بعض الناس لديهم بعض التصورات المسبقة وغير الواقعية لشريك الحياة، وعندما لا يحقق الشريك هذه التوقعات نجدهم فى حالة سخط وتبرم، فهم لا يستطيعون قبول الشريك كما هو ولا يحبونه كما هو، وإنما يريدونه وفقًا لمواصفات وضعوها له، فإن لم يحققها سخطوا عليه وعلى الحياة، وهؤلاء يفشلون فى رؤية إيجابيات الشريك لأنهم مشغولون بسلبياته ونقائصه.

٤- القصور في فهم احتياجات الطرف الآخر بشكل خاص:

فالمرأة لها احتياجات خاصة فى الحب والاحتواء والرعاية لا يوفيها الرجل أو لا ينتبه إليها (رغم حسن نواياه أحيانًا)، والرجل له مطالب من الاحترام والتقدير والسكن والرعاية لا توفيها المرأة أو لا تنتبه إليها (رغم حسن النوايا غالبًا).

٥- عدم القدرة على التعايش مع آخر:

فهناك أفراد أدمنوا العيش وحدهم، وهم لا يتحملون وجود آخر فى حياتهم، فهم يعشقون الوحدة، ويفضلون حريتهم الشخصية على أى شيء، ويعتبرون وجود آخر قيدًا على حريتهم وحياتهم، لذلك يفشلون فى حياتهم الزوجية ويهربون منها فى أقرب فرصة متاحة.

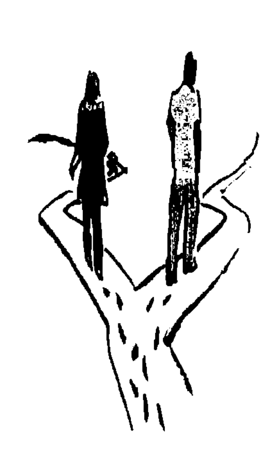
٦- العناد:

قد يكون أحد الزوجين أو كلاهما عنيدًا، ومن هنا يصعب تجاوز أى موقف أو أى أزمة لأن الطرف العنيد يستمتع ببقاء

الـصراع واحتدامـه بـلا نهايـة، وهـذا يجهـد الطـرف الآخـر ويجعـل حياته جحيمًا.

٧- العدوان:

سواءً كان لفظيًا (السب، الانتقاد الدائم، السخرية اللاذعة)، أو جسديًا (الـضرب)، وهـذا العـدوان ينزع الحب والاحـترام من العلاقة الزوجية ويجعلها أقرب لعلاقة سيد ظالم بجارية مظلومة. والأسباب الشخصية لفشل العلاقة الزوجية تزيد بشكل خاص فى هذه الأيام نظرًا لما يرتديه الناس من أقنعة تخفى حقيقتهم، ونظرًا لعدم أو ضعف معرفة الطرفين ببعضهما قبل الزواج، وصعوبة المعرفة عن طريق سؤال الأقارب أو الجيران حيث ضعفت العلاقات بين الناس ولم يعد لديهم تلك المعرفة الكافية ببعضهم.



أسباب عاطفية

- غياب الحب:



فالحب هو شهادة الضمان لاستمرار الحياة الزوجية، وهذه الشهادة تحتاج لأن تكتب وتؤكد كل يوم بكل اللغات المتاحة (لفظية وغير لفظية) والتى تصل إلى الطرف الآخر فتسعده وتشعره بالأمان والرغبة فى الاستمرار اللانهائى.

- الغيرة الشديدة:

فعلى الرغم من أن الغيرة السوية المعقولة دليل حب ورسالة حرص وتنبيه رقيق للطرف الآخر، إلا أن الغيرة الشديدة المرضية هى بمثابة سم زعاف ينتشر فى جسد الحياة الزوجية فيقضى عليها لأنها تحول الحياة الزوجية إلى نكد وعذاب لا يحتمله الطرف الآخر فيضطر للهروب.

- الشك:

وهو مرحلة أخطر من الغيرة لأنه اتهام للطرف الآخر ينتظر إقامة الدليل لإذلاله أو إهانته أو إنهاء العلاقة به.

- الرغبة في التملك:

وهى تدفع الطرف المتملك إلى خنق الطرف الآخر حيث يحوطه من كل جانب ويشل حركته، ويمنعه من التواصل مع غيره مهما كانت الأسباب.

أسباب عائلية

١- التدخل المفرط من إحدى أو كلتا العائلتين: ذلك التدخل الذى ينتهك صفة الخصوصية والثنائية فى العلاقة الزوجية، ويسممها بمشاعر وأفكار واتجاهات متضاربة بعضها حسن النية وبعضها سيئ النية.

٢- تأخر الفطام العائلي لأحد الطرفين: وهذا يجعل الزوج أو الزوجة شديد الارتباط والاعتماد على أسرة المنشأ، وكأن

الحبل السرى بينه وبينهم لم ينقطع، وعلامة ذلك عدم قدرة هذا الطرف الذى لم يفطم على الابتعاد ولو قليلاً عن أسرة المنشأ فهو يريد أن يقضى كل وقته أو معظمه لديهم، ويأتى ذلك على حساب شريك الحياة الذى يجد نفسه وحيدًا.

٣- وجود حالات طلاق في العائلة: فهذا يسهل اتخاذ قرار الطلاق، ويجعل الهجر سهلاً، ويؤكد أن الحياة بدون شريك ممكنة.



أسباب دينية

١ - عدم فهم وإدراك قداسة العلاقة الزوجية: تلك العلاقة التى يرعاها الله ويحوطها بسياج من القداسة ويجعلها أصل الحياة ويصفها بصفات خاصة مثل: "وكيف تأخذونه وقد أفضى بعضكم إلى بعض وأخذن منكم

ميثاقًا غليظًا" وقوله: "ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة" وقوله: "هنّ لباس لكم وأنتم لباس لهن"..

٢- غياب مفاهيم السكن والمودة والرحمة من الحياة الزوجية: السكن بمعنى الطمأنينة والاستقرار، والمودة جامعة لكل معانى الحب والرعاية والحنان (خاصة فى حالة الرضا)، والرحمة جامعة لكل معانى التسامح والغفران ونسيان الإساءة والتغاضى عن الزلات (وخاصة فى حالة الغضب).

٣- عدم وضوح دور الرجل والمرأة وواجباتهما في العلاقة الزوجية..

٤- سوء استغلال مفهوم القوامة: فبعض الرجال يراها تحكمًا واستعبادًا وانتقاصًا من حرية المرأة وانتهاكًا لكرامتها، فى حين أن القوامة فى مفهومها الصحيح هى قيادة حكيمة ورعاية مسئولة.

٥- غياب مفهومي الصبر والرضا: فلا يوجد شريك يحقق لنا كل توقعاتنا، لذلك يصبح صبرنا على الأخطاء والزلات ورضانا بما يمنحه لنا الشريك قدر استطاعته من ضرورات استمرار الحياة الزوجية السعيدة.

٦- عدم القدرة على التسامح: فلا يوجد إنسان بلا زلات أو أخطاء، وبالتالى فلا بد من وجود آلية مثل التسامح لكى تستمر الحياة.

٧- النشوز: وهو استعلاء طرف على آخر وتمرده عليه وعصيانه له، ولا يوجد إنسان سوي يحب من يستعلى أو يتمرد عليه أو يعصيه احتقارًا أو استهزاءً.

أسباب اجتماعية

- ضغوط العمل والحياة عمومًا: وهى تجعل كلا الطرفين أو أحدهما شديد الحساسية وقابلاً للانفجار، فالمرأة تعمل كموظفة ثم تعود للقيام بواجبات رعاية الأسرة ومساعدة

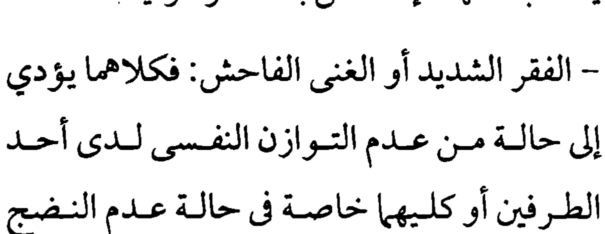
الأبناء فى واجباتهم الدراسية، والرجل يعمل فى أكثر من وظيفة ولساعات طويلة ليلاً ونهارًا ليغطى احتياجات الأسرة.

- تهديد التفوق الذكوري: فالمرأة التى تحاول الاستعلاء على زوجها بمالها أو منصبها أو حسبها، إنما تهدد عقيدة التميز الذكورى لدى زوجها، وتنزع منه قيمة يعتز بها، وتفجر لديه مشاعر الانتقام والعدوان بلا مبرر.

أسباب اقتصادية



- الضغوط المادية الخانقة: والتى تجعل الحياة الزوجية عبارة عن حلقات من الشقاء والمعاناة



يصعب معها الإحساس بالمشاعر الرقيقة.

- الفقر الشديد أو الغنى الفاحش: فكلاهما يؤدي إلى حالة من عدم التوازن النفسى لدى أحد الطرفين أو كليهما خاصة فى حالة عدم النضج

وعدم القدرة على التواؤم مع النقص الشديد أو الزيادة الشديدة فى المال.

فشل أو اضطراب العلاقة الجنسية

وهذا هو السبب الخفى (والأهم فى نفس الوقت) لفشل كثير من العلاقات الزوجية، ونادرًا ما يتطوع الزوجان بالحديث عنه رغم أهميته، وإنما يأتيان للعيادة الزوجية أو لمحاضر الصلح العائلى أو لمحكمة الأسرة بأسباب فرعية هامشية، ولكن السبب الأصلى للشقاق يكون كامنًا فى العلاقة الخاصة بينهما.

وقد وجدت بعض الدراسات أن هذا السبب يكمن وراء ٧٠-٩٠٪ من حالات الطلاق، ومع هذا فهو سبب صامت لا يبوح به الكثيرون.

ومن هنا نستطيع أن نقول دون مبالغة إن نجاح الحياة الزوجية يبدأ من هذه العلاقة الخاصة بين الزوجين.

العلامات المبكرة للفشل:

١- الإحساس السلبي بالآخر، وذلك يبدو فى صورة عدم الارتياح فى وجوده، وتمني البعد عنه قدر الإمكان.

٢- المشاحنات والخلافات المتكررة أو المستمرة، واختلافات وجهات النظر حول كل شيء، وكأن كلاً منهما يسير دائمًا عكس اتجاه الآخر.

٣- فقد أو جفاف الإحساس بالآخر، فكأنه غير موجود، حيث أصبحت المستقبلات النفسية ترفض وتنكر وجوده.

الارتباطات الشرطية وأثرها:

نمو ارتباطات شرطية سالبة تجعل وجود الطرفين معًا وجودًا مؤلمًا أو على الأقل غير مريح.

وهذا يحدث نتيجة الاختلافات والخلافات العميقة بينهما ونتيجة الصراعات المستمرة والمؤلمة، والتى تجعل ظهور أى

طرف أمام الآخر محفزًا لظهور مشاعر الغضب والكره والاحتقار والاشمئزاز، مع ما يصاحب ذلك من آلام جسمانية، أو رغبة فى القيء أو صداع أو دوار.

محاولات الانقاذ المبكر:

١- محاولات يقوم بها الطرفان: حين يستشعران زحف المشاعر السلبية على حياتهما يجلسان معًا ليتدبرا أسباب ذلك دون أن يلقى أيهما المسئولية على الآخر.

وهذا الحل ينجح فى حالة نضج الطرفين نضجًا كافيًا، وهو بمثابة مراجعة ذاتية للعلاقة الزوجية وإعادتها إلى مسارها الصحيح دون تدخل أطراف خارجية.

ويمكن دخول طرف ثالث من أحد الأسرتين أو كليهما، ويكون دخول الطرف الثالث ضروريًا فى حالة إصرار أو عناد أحد الطرفين أو كليهما، وفى حالة تفاقم المشكلة بما يستدعى جهودًا خارجية لاستعادة التناغم فى الحياة الزوجية بعد إحداث تغييرات فى مواقف الطرفين من

خلال إقناع أو ضغط أو ضمانات خارجية تضمن عدم انتهاك طرف لحقوق الآخر.

٢- تعلم مهارات حل الصراع: فالحياة عمومًا لا تخلو من أوجه خلاف، وحين نفشل فى تجاوز الخلافات تتحول مع الوقت إلى صراعات، ولهذا نحتاج أن نتعلم مهارات أساسية فى كيفية حل الصراع حين ينشأ حتى لا يهدد حياتنا واستقرارنا، وهذه المهارات تتعلم من خلال قراءات ودورات متخصصة ومبسطة.

٣- تكوين ارتباطات شرطية جديدة بهدف تحسين العلاقة بين الزوجين: مثل:

- تغييرات في البيئة المحيطة بهما كأن ينتقلان من مكان لآخر أكثر راحة وبعيدًا عن تدخلات العائلة الأكبر.

- تخفيف الضغوط المادية أو الاجتماعية أو ضغوط العمل.

- رحلات زوجية تسمح لهما بقضاء أوقات سعيدة كالتى اعتاداها وسعدا بها فى فترة الخطوبة.

٤- العلاقة الثلاثية (الله - الزوج - الزوجة)، تخفف من حدة الصراع وتهيئ النفس للتسامح.

٥- ترشيد لغة الخلاف في حالة حتميته واستمراره: وذلك بتجنب استخدام العبارات الجارحة أو التهديد أو كشف الأسرار الزوجية.

٦- تجنب استخدام الأبناء كأدوات في الصراع للي الذراع أو الضغط على الطرف الآخر.

٧- التنبه للتدخلات العائلية المتحيزة أو ذات المصلحة (الشعورية أو غير الشعورية) في الانفصال.

٨- إعادة الرؤية والاكتشاف للطرف الآخر بعيدًا عن الأحكام المسبقة والاتهامات سابقة التجهيز.

٩- الكف عن الانتقاد أو اللوم المتبادل، فهما يقتلان أى عاطفة جميلة.

١٠- العلاقة بالحواس الخمس، وذلك بتنشيط كل وسائل ومستويات الإمتاع والاستمتاع بين الزوجين بحيث لا نترك حاسة إلا وتأخذ حقها لدى الطرفين حبًا وفرحًا وطربًا.

١١- العلاقة بكل اللغات الممكنة، من الكلمة الطيبة إلى الغزل الرقيق، إلى النظرة المحبة الودودة إلى اللمسة الرقيقة، إلى الحضن الدافئ، إلى العلاقة المشبعة، إلى نظرة الشكر والامتنان، إلى الهدية المعبرة، إلى النوايا والأمنيات البريئة والجميلة.





الإنسان العنيد في الأسرة

وفيما يلي مجموعة من الأسئلة التي أجاب عنها الدكتور/ أحمد عبد العزيز النجار أستاذ في علم النفس الاجتماعي في جامعة الإمارات بشأن موضوع العناد.

س: ما هي صفات الشخصية العنيدة؟

د.النجار: هو إنسان متسرع، غير ناضج من ناحية العاطفة والانفعالات، حساس، متمركز حول ذاته، شكاك، وسواسي، ضعيف النفس، ينقصه الهدف في الحياة.

وباختصار هناك ثلاث صفات أساسية للعنيد:

١- إنسان لديه مشكلة في طريقة التفكير، ويكون سلبيًا دائمًا أي يفهم الآخرين خطأ، وعندما يفكر في أي موقف يأخذه على أنه تحدٍ.



٢- ضعيف في التواصل مع الآخرين وغير قادر على فهم الناس.

٣- لديه مشكلة في مهارة التعبير عن النفس فهو يعبر عن نفسه بالعناد.

اسباب اتجاه الانسان للعناد حسب آراء الناس:

* حتى يمشّي رأيه.

* وراثة.

* ترجع إلى طبيعة الإنسان.

* التربية ومشاكل الزوجين تُلجئ الأولاد للعناد.

* بسبب الإحباط أو من أجل تلبية رغبة معينة.



اسباب اتجاه الانسان للعناد حسب راي الدكتور النجار:

١ - عدم النضج، يعني أنه غير قادر على التمييز بين الخطأ والصواب.

٢ - التمركز حول الذات، يرى نفسه كأنه مركز الكون.

٣ - المعايشة مع الآخرين، الإنسان يتعلم الأخطاء من الوالدين أو المحيطين به.

٤ - الإصرار: ويقصد به المساحة التي أعطيها للآخرين في تعاملي معهم فمثلاً نحن نربي أولادنا على العناد عندما نجبرهم على طاعتنا.

٥ - الإجهاد: الإنسان عندما يتعب يتصرف بانفعال.

٦ - الوراثة عامل كبير، نحن نرث من الآباء كفاءة الجهاز العصبي والجهاز الغدّي.

٧ - المرونة السيكولوجية: كلما كان الإنسان مرتاحًا وسعيدًا في علاقته الزوجية والأسرية كلما كان أكثر مرونة.

ما هو الفارق بين عناد المرأة وعناد الرجل؟

المرأة في طبيعتها عاطفية، لذا فهي مؤهلة لأن تكون عنيدة أكثر من الرجل، وما نلاحظه أن المرأة العاملة أكثر ميلاً للعناد من ربة البيت.

والمعطى الاجتماعي يقول إن الرجل رأيه مسموع لذا فهو ليس بحاجة للعناد.د

كيف يمكن التعامل مع الشخص العنيد؟

١- من خلال بناء العلاقة العاطفية المتينة وكسر الحواجز.

٢- تحقيق المطالب الشخصية.

٣- الابتعاد عن التسلط والتساهل الشديدين.

٤- جعل الجو الأسري مريحًا وممتعًا.

كيف نتعامل مع الشخص العنيد؟

١- التفهم والاستماع ولابد أن يكون هناك حوار.

٢- وجود تقبل وتعبير عن الحب.

٣- التشجيع والتعاون.

٤- تقليص الحجج والدفاعات.

٥- الوقت والزمن فالتغيّر بطيء دائمًا.

٦- الثناء أو التعزيز الإيجابي: امتدحه.

٧- مسألة المعاملة بالمثل ولكن بطريقة معينة.

٨- أسلوب التأنيب الفعال.

٩- تقوية العلاقة مع الطرف الآخر لتعويض أخطاء الماضي.

١٠- تجاهل التحدي البسيط.

١١- عقد الاتفاقيات: إذا عملت كذا فلك كذا.

١٢- عدم إصدار الأوامر: عندما تفهم أن الشخص الآخر يصدر الأوامر فأنا مباشرة سوف أعاند.

١٣- البحث عن أشخاص متعاونين مثل الخال أو العم.

١٤- تجنب المواقف المثيرة للانفعال.

١٥- اترك للطرف الآخر مجالًا للتعبير عن انفعالاته.

كيف يتكوّن العناد؟

يتكوّن العناد عادة عندما لا نستطيع أن نتكيّف مع الظروف، مثلاً أنا مقتنع بالذي في داخلي ولا أستطيع أن أقنع الطرف الآخر فأعاند.

ما هي النصيحة للفتاة التي خطبها شخص عنيد؟

١- للإنسان مواصفات مختلفة: أول شيء مهم هو صفاتها هي فهناك زوجات يحببن الزوج العنيد ولكن إذا كانت شخصيتها قوية فلا ننصحها بذلك.

٢- درجة العناد في شخص الزوج، يعني إذا كان نابعًا من شعور بالنقص فلا ننصح بذلك.

إذا كنت أنا عنيدًا، فكيف أخفف من ذلك؟

١- تفريغ الطاقة الانفعالية في أمور مفيدة.

٢- تحويل الانتباه: عندما أركز على نقطة سوف أعتبرها جوهر الحياة.

٣- ابعث حالة استرخاء في البيت.

٤- النظر إلى الحياة نظرةً مرحة.

٥- تجنّب البت في الأمور الهامة أثناء الانفعال.

٦- إذا كان هناك شخص يجعلك عنيدًا فابتعد عنه.

٧- رفع معدل الأحداث الإيجابية في الحياة.

٨- تحسين الظروف المادية.

٩- الاهتمام بالصحة: الرياضة، والنشاط الجسمي.

١٠- معاشرة الناس من النوع المتزن.







تعامل مع زوجتك العنيدة

وتأكد أخي الحبيب أن حبك لزوجتك وعطفك الدائم عليها وعدم إهانتها هي أفضل الوسائل التي تساعدها في التخلص من صفة العناد السيئة..

فالمرأة تحتاج دائمًا إلى من يقدرها ويحترمها لتهب له كل حياتها ولتكون كالخاتم في إصبعه..

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم:

"إذا صلت المرأة خمسها وحصنت فرجها وأطاعت بعلها دخلت من أي أبواب الجنة شاءت" (رواه ابن حبان).

وعن أبي سعيد الخدري قال: خرج رسول الله صلى الله عليه وسلم في أضحى أو فطر إلى المصلى فمر على النساء فقال:

"يا معشر النساء تصدقن فإني رأيتكن أكثر أهل النار فقلن: وبم يا رسول الله؟ قال: تكثرن اللعن وتكفرن العشير، ما رأيت من ناقصات عقل ودين أذهب للب الرجل الحازم من إحداكن، قلن: وما نقصان ديننا وعقلنا يا رسول الله؟ قال: أليس شهادة المرأة مثل نصف شهادة الرجل؟ قلن: بلى، قال: فذلك من نقصان عقلها، أليس إذا حاضت لم تصل ولم تصم؟ قلن: بلى، قال: فذلك من نقصان دينها" (متفق عليه).





تذكرة للزوجة

١- حسن *استقبال الزوج* وذلك يقتضي طلاقة الوجه، كما يجب أن تكون المرأة متزينة ومتطيبة، قال صلى الله عليه وسلم: **"ألا أخبركم بخير ما يكنز المرء، المرأة الصالحة التي إذا نظر إليها سرته، وإذا أمرها أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته"** (رواه أحمد).

وعلى الزوجة أن تتجنب نقل الأخبار غير السعيدة فور دخول الزوج ولنا في أم سليم عبرة عندما توفي ابنها.

عبارات الأشواق والارتياح أيضًا من حسن الاستقبال وإعداد الطعام للزوج من حسن الاستقبال..

٢- *ترقيق الصوت*.. يقول صلى الله عليه وسلم: **الكلمة الطيبة صدقة**.(رواه البخاري وسلم)

٣- *التزين والتطيب*.

إذن الطيب مؤثر جدًا في الرجال حتى أنه يؤثر في اتخاذ القرار، وعلى الزوجة أن تجرب أن تتطيب لزوجها فإذا كان مذبذبًا في قرار هي تريده فسوف ينفذ قرارها.

ومن جمال الدين الإسلامي أن يعطي مساحة للعطر وذلك لما له من تأثير في الحياة الزوجية.

٤- *العلاقة بين الزوجين*.. يجب ألا تمتنع الزوجة عن الفراش وقت خلافها مع زوجها.

وكثير من الأزواج يلجأون للإنترنت والقنوات الإباحية لأن زوجاتهم لا يعطينهم ما يريدونه ولا يشبعونهم.

٥- *الرضا بما قسم الله*

إن الغنى الحقيقي هو غنى النفس، فمن يتغنى يغنه الله بالعفاف والقناعة والاقتصاد وعدم الانهماك في لذات الدنيا، بأنه كلما نال منها شيئًا طلب شيئًا آخر، ولا يزال كذلك حتى يهلك.

لو قنع الناس بالقليل لما بقي بينهم فقير ولا محروم، ولو رضي العبد بما قُسم له لاستغنى عن الناس وصار عزيزًا وإن كان لا يملك من الدنيا الكثير.

يقول الإمام الشافعي رحمه الله:

رأيـــــــــت القناعـــــــــة رأس الغنـــــــــى
فـــصرتُ بأذيالهـــا مُتمـــسكْ فـــلا ذا يـــراني عـــلى بابـــه
ولا ذا يـــراني بـــه منهمـــكْ فـــصرتُ غنيًّـــا بـــلا درهـــم
أمـــــرٌ عـــــلى النـــــاس شـــــبه الملـــــكْ

وقد وجه النبي صلى الله عليه وسلم أمته إلى التحلي بصفة القناعة حين قال: "**ارضَ بما قسم الله لك تكن أغنى الناس**" (رواه أحمد).

وكان يدعو ربه فيقول: "اللهم قنعني بما رزقتني، وبارك لي فيه، واخلف على كل غائبة لي بخير".

والقانع بما رزقه الله تعالى يكون هادئ النفس، قرير العين، مرتاح البال، فهو لا يتطلع إلى ما عند الآخرين، ولا يشتهي ما

ليس تحت يديه، فيكون محبوبًا عند الله وعند الناس، ويصدق فيه قول الرسول صلى الله عليه وسلم: "ازهد في الدنيا يحبك الله، وازهد فيما عند الناس يحبك الناس".

وقال عمر بن الخطاب رضي الله عنه: "إن الطمع فقر، وإن اليأس غنى، إنه من ييأس عما في أيدي الناس استغنى عنهم".

وصدق رسول الله صلى الله عليه وسلم: "ليس الغنى عن كثرة العرض، إنما الغنى غنى النفس".

وفي الصحيحين عن حكيم بن حزام رضي الله عنه قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **"اليد العليا خير من اليد السفلى، وابدأ بمن تعول، وخير الصدقة ما كان عن ظهر غنى، ومن يستعفف يعفه الله، ومن يستغن يغنه الله".**

٦- النظر الدائم إلى من هو دونك

عن أبي هريرة عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: **"إذا نظر أحدكم إلى من فضل عليه في المال والخلق فلينظر إلى من هو أسفل منه"** (رواه البخاري).

قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: **"مَنْ أَصْبَحَ مِنْكُمْ آمِنًا فِي سِرْبِهِ، مُعَافًى فِي جَسَدِهِ، عِنْدَهُ قُوتُ يَوْمِهِ، فَكَأَنَّمَا حِيزَتْ لَهُ الدُّنْيَا"**. (رواه البخاري).

وعن أبي هريرة. رضي الله عنه. عن النبي. صلى الله عليه وسلم. قال: **"تعس عبد الدينار وعبد الدرهم.."** (رواه البخاري).

إن القلوب هي أهم ما يُنظر إليه، فالقلب والعلاقة بينك وبين الله هي أهم شيء.

يقول الله تعالى: "يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لأَزْوَاجِكَ إِنْ كُنْتُنَّ تُرِدْنَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَزِينَتَهَا فَتَعَالَيْنَ أُمَتِّعْكُنَّ وَأُسَرِّحْكُنَّ سَرَاحًا جَمِيلا(٢٨) وَإِنْ كُنْتُنَّ تُرِدْنَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَالدَّارَ الآخِرَةَ فَإِنَّ اللَّهَ أَعَدَّ لِلْمُحْسِنَاتِ مِنْكُنَّ أَجْرًا عَظِيمًا(٢٩)" (الأحزاب: ٢٨ :٢٩).

عَنْ أَبِي الْعَبَّاسِ سَهْلِ بْنِ سَعْدٍ السَّاعِدِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: **"جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللَّه، دُلَّنِي عَلَى عَمَلٍ إِذَا عَمِلْتُهُ أَحَبَّنِي اللَّهُ وَأَحَبَّنِي النَّاسُ؛ فَقَالَ: ازْهَدْ**

فِي الدُّنْيَا يُحِبُّكَ اللَّهُ، وَازْهَدْ فِيمَا عِنْدَ النَّاسِ يُحِبُّكَ النَّاسُ". (حَدِيثٌ حَسَنٌ، رَوَاهُ ابْنُ مَاجَه، وَغَيْرُهُ بِأَسَانِيدَ حَسَنَة).

٧- *حق الاعتراف بجميل الزوج..* عن عائشة رضي الله عنها قالت: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: **"أعظم الناس حقًا على المرأة زوجها وأعظم الناس حقًا على الرجل أمه".** (حديث صحيح صحّحه الحاكم وغيره).

وعن أبي سعيد مرفوعًا: **"من لم يشكر الناس لم يشكر الله عز وجل"** (رواه الترمذي وحسنه).

٨- الوفاء للزوج..

فلا تنسي لزوجك الكلمة الطيبة، ولا تنسي له العمل الطيب ولا تنسي وقوفه بجانبك وقت مرضك، ولك في السيدة خديجة أسوة، إذ كانت شديدة الوفاء لرسول الله فهي التي آثرته ورغبت فيه، وهي أول من صدَّقه وآمن به، وهي التي ثبَّتَتْ فؤاده وقوَّت عزيمته، وكانت البلسم الشافي لآلامه وأحزانه، وهي التي واسته بمالها، وهي التي رزق منها الرسول صلى الله عليه وسلم الولد،

وهي التي حفظت عهده، وحافظت على بيته وولده، وهي التي دخلت مع رسول الله صلى الله عليه وسلم الشعب على كبر سنها فذاقت الجوع والعطش والضيق والتضيق وهي.. وهي.. فنالت بسبب هذا الوفاء العظيم ما جاء في الحديث الشريف **"بشِّروا خديجة ببيت في الجنة من قصب، لا صخب فيه ولا نصب"** (رواه البخاري).

أيضًا وفاء السيدة زينب بنت رسول الله لزوجها أبي العاص وهو ابن أخت السيدة خديجة، فبعد أن فرق الله بينهما لأنها كانت مسلمة وهو كان كافرًا حيث قال له رسول الله: يا أبا العاص إنّ الله أمرني أنْ أُفرِّقَ بين مسلمة وكافر، فهلا رددت إليّ ابنتي؟ فقال: نعم.

فأخذتْ ولدها وابنتها وذهبت إلى المدينة. وبدأ الخطّاب يتقدمون لخطبتها على مدى ٦ سنوات، وكانت ترفض على أمل أنْ يعود إليها زوجها.

وبعد ٦ سنوات كان أبو العاص قد خرج بقافلة من مكة إلى الشام، وأثناء سيره يلتقي مجموعة من الصحابة.. فسأل على بيت زينب وطرق بابها قبيل آذان الفجر، فسألته حين رأته: أجئت مسلمًا؟ قال: بل جئت هاربًا. فقالت: فهل لك إلى أنْ تُسلم؟ فقال: لا. قالت: فلا تخف. مرحبًا بابن الخالة. مرحبًا بأبي علي وأمامة.

وبعد أن أمّ النبي المسلمين في صلاة الفجر، إذا بصوت يأتي من آخر المسجد: قد أجرت أبا العاص بن الربيع. فقال النبي: هل سمعتم ما سمعت؟ قالوا: نعم يا رسول الله، قالت زينب: يا رسول الله إنّ أبا العاص إن بعُد فابن الخالة وإنْ قرب فأبو الولد وقد أجرته يا رسول الله. فوقف النبي صلى الله عليه وسلم وقال: يا أيها الناس إنّ هذا الرجل ما ذممته صهرًا. وإنّ هذا الرجل حدثني فصدقني ووعدني فوفّى لي. فإن قبلتم أن تردوا إليه ماله وأن تتركوه يعود إلى بلده، فهذا أحب إلي وإنْ أبيتم فالأمر إليكم والحق لكم ولا ألومكم عليه.

فقال الناس: بل نعطيه ماله يا رسول الله. فقال النبي: قد أجرنا من أجرت يا زينب. ثم ذهب إليها عند بيتها وقال لها: يا زينب أكرمي مثواه فإنّه ابن خالتك وإنّه أبو العيال، ولكن لا يقربنك، فإنّه لا يحل لك، فقالت: نعم يا رسول الله.

فدخلت وقالت لأبي العاص بن الربيع: يا أبا العاص أهان عليك فراقنا؟ هل لك إلى أنْ تُسْلم وتبقى معنا؟ قال: لا. وأخذ ماله وعاد إلى مكة.

وعند وصوله إلى مكة وقف وقال: أيها الناس هذه أموالكم هل بقي لكم شيء؟ فقالوا: جزاك الله خيرًا وفيت أحسن الوفاء. قال: فإنّي أشهد أن لا إله إلا الله وأن محمدًا رسول الله.

ثم دخل المدينة فجرًا وتوجه إلى النبي وقال: يا رسول الله أجرتني بالأمس واليوم جئت أقول أشهد أن لا إله إلا الله وأنك رسول الله.

وقال أبو العاص بن الربيع: يا رسول الله هل تأذن لي أنْ أراجع زينب؟ فأخذه النبي وقال: تعال معي. ووقف على بيت

زينب وطرق الباب وقال: يا زينب إنّ ابن خالتك جاء لي اليوم يستأذنني أنْ يراجعك فهل تقبلين؟ فاحمرّ وجهها وابتسمت.

والغريب أنه بعد سنة من هذه الواقعة ماتت زينب. فبكاها بكاء شديدًا حتى رأى الناس رسول الله يمسح عليه ويهون عليه، فيقول له: والله يا رسول الله ما عدت أطيق الدنيا بغير زينب. ومات بعد سنة من موت زينب.

إنها قصة دين وأخلاق وسمو ووفاء.. ومودة وسكن.. وطمأنينة ورحمة.

٩- طاعة الزوج

عن أبي هريرة عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: **"لو كنت آمرًا أحدًا أن يسجد لأحد لأمرت المرأة أن تسجد لزوجها"**. (أخرجه الترمذي، وقال: حديث حسن).

وأخرجه أبو داود ولفظه: "لأمرت النساء أن يسجدن لأزواجهن لما جعل الله لهم عليهن من الحقوق"

١٠ - *إرضاء الزوج* إذا غضب وهذا لتصبح من أهل الفضل.

١١ - *حفظ الزوج في غيبته*

قال صلى الله عليه وسلم: "**ألا أخبركم بخير ما يكنز المرء، المرأة الصالحة التي إذا نظر إليها سرته، وإذا أمرها أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته**" (رواه أحمد).

ويجب أن يكون لديكِ القدرة على حفظ أسرار البيت.

١٢ - *إكرام أهل الزوج وضيفه* وبر أمه ولا تنسي والديه ولا تكوني عقبة بينه وبين بر والديه فاجعليه بارًا بأهله حتى يبره أولادكم.

كما يجب أن تكرمي ضيفه، عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: "**من كان يؤمن بالله واليوم الآخر، فليقل خيرًا أو ليصمت، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر، فليكرم جاره، ومن كان يؤمن بالله واليوم الآخر، فليكرم ضيفه**". (رواه البخاري ومسلم).

قال جابر بن عبد الله: لما حفر الخندق رأيت برسول الله صلى الله عليه وسلم خمصًا فانكفأت إلى امرأتي فقلت لها: هل عندك

شيء؟ فإني رأيت برسول الله صلى الله عليه وسلم خمصًا شديدًا فأخرجت لي جرابًا فيه صاع من شعير ولنا بهيمة داجن. قال فذبحتها وطحنت ففرغت إلى فراغي فقطعتها في برمتها. ثم وليت إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم. فقالت: لا تفضحني برسول الله صلى الله عليه وسلم ومن معه. قال فجئته فساررته. فقلت: يا رسول الله، إنا قد ذبحنا بهيمة لنا وطحنت صاعًا من شعير كان عندنا فتعال أنت في نفر معك فصاح رسول الله صلى الله عليه وسلم وقال "يا أهل الخندق، إن جابرًا قد صنع لكم سورًا فحيهلا بكم" وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم "لا تنزلن برمتكم ولا تخبرن عجينتكم، حتى أجيء" فجئت وجاء رسول الله صلى الله عليه وسلم يقدم الناس حتى جئت امرأتي فقالت: بك.. وبك.. فقلت: قد فعلت الذي قلت لي فأخرجت له عجينتنا فبصق فيها وبارك ثم عمد إلى برمتنا فبصق فيها وبارك. ثم قال "ادعي خابزة فلتخبز معك واقدحي من برمتكم ولا تنزلوها" وهم ألف. فأقسم بالله لأكلوا حتى تركوه وانحرفوا وإن برمتنا لتغط كما هي وإن عجينتنا – أو كما قال الضحاك – لتخبز كما هو. (رواه مسلم).

اعلمي أن أعظم الناس حقًا على زوجك أمه، واستحضري العفو والنية، وتحلي بخلق الإيثار دائما وكما تدين تدان.

عن محمد بن عمرو بن علي عن علي بن أبي طالب، قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "**إذا فعلت أمتي خمس عشرة خصلة، حل بها البلاء، فقيل: وما هن يا رسول الله؟ قال: إذا كان المغنم دولاً، والأمانة مغنمًا، والزكاة مغرمًا، وأطاع الرجل زوجته وعق أمه، وبر صديقه وجفا أباه، وارتفعت الأصوات في المساجد، وكان زعيم القوم أرذلهم، وأكرم الرجل مخافة شره، وشربت الخمور، ولبس الحرير، واتخذت القينات والمعازف، ولعن آخر هذه الأمة أولها، فليرتقبوا عند ذلك ريحًا حمراء، أو خسفًا، ومسخًا**". (أخرجه الترمذي).

فضعي نفسك مكان والدة زوجك..

عَنْ أَبِي حَمْزَةَ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، خَادِمِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "**لَا يُؤْمِنُ أَحَدُكُمْ حَتَّى يُحِبَّ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ**" (رَوَاهُ الْبُخَارِيُّ وَمُسْلِمٌ)..

١٣- *اضبطي غيرتك* ولا تنسي أن هناك من الغيرة ما هو محمود ومنها ما مذموم.

١٤- *تحلي بالصبر والمواساة* واعلمي أن العلاقة الزوجية تحتاج للصبر والمواساة..

١٥- *التعاون على طاعة الله* والاجتهاد والجهاد في سبيل الله حتى تحافظي على بيتك لأن كثرة المعاصي والذنوب أحد أكبر أسباب الخلاف.

كونوا من الذاكرين الله كثيروات والذاكرات وإذا استيقظ الرجل ليلاً فأيقظ أهله فهما من الذاكرين لله.

لابد من وجود طاعة الله.. قَالَ الْإِمَام أَحْمَد: حَدَّثَنَا عَبْد الله بْن عَمْرو بْن مُرَّة عَنْ أَبِي مُحَمَّد بْن جَعْفَر حَدَّثَنَا شُعْبَة حَدَّثَنِي سَالِم بْن عَبْد الله أَخْبَرَنَا عَبْد الله بْن أَبِي الْهُذَيْل حَدَّثَنِي صَاحِب لِي أَنَّ رَسُول الله صَلَّى الله عَلَيْهِ وَآله وَسَلَّمَ قَالَ "تَبًّا لِلذَّهَبِ وَالْفِضَّة" قَالَ وَحَدَّثَنِي صَاحِبِي أَنَّهُ اِنْطَلَقَ مَعَ عُمَر بْن الْخَطَّاب فَقَالَ: يَا رَسُول الله قَوْلك "تَبًّا لِلذَّهَبِ وَالْفِضَّة" مَاذَا نَدَّخِر؟ قَالَ رَسُول

اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "لِسَانًا ذَاكِرًا وَقَلْبًا شَاكِرًا وَزَوْجَة تُعِين عَلَى الْآخِرَة".

١٦ - *يجب أن تحسني تدبير المنزل..*

"ألا كلكم راعٍ وكلكم مسئول عن رعيته، فالأمير الذي على الناس راع وهو مسئول عن رعيته، والرجل راع على أهل بيته وهو مسئول عنهم، والمرأة راعية على بيت بعلها وولده وهي مسئولة عنهم، والعبد راع على مال سيده وهو مسئول عنه، ألا فكلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته" (رواه مسلم).

وذلك بإعداد الطعام الشهي وتنظيم وتنظيف البيت وإخراج الصدقات للمساكين..

عن أبي يعلى شداد بن أوس رضي الله عنه عن رسول الله صلى الله عليه وسلم: **"إن الله كتب الإحسان على كل شيء، فإذا قتلتم فأحسنوا القتلة، وإذا ذبحتم فأحسنوا الذبحة وليحد أحدكم شفرته وليرح ذبيحته"**. (رواه مسلم).

وعن أبي هريرة رضي الله تعالى عنه: قال: إن النبي صلى الله تعالى عليه وآله وسلم قال: **"إن الله يدخل بلقمة الخبز وقبضة التمر ومثله مما ينفع المسكين ثلاثة الجنة: صاحب البيت الآمر به والزوجة المصلحة والخادم الذي يناول المسكين"**. (أخرجه الحاكم).

١٧- *حفظ المال والعيال.*

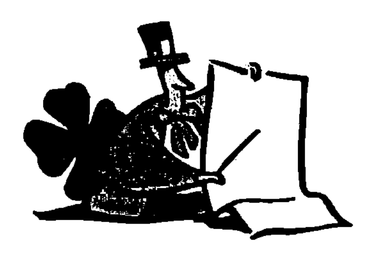
المرأة راعية في بيت زوجها وهي مسئولة عن ذلك، واعلمي أيتها الزوجة أن زوجات الصحابة هن من ربين أبناء الصحابة وليس الصحابة إذ كان الصحابة في انشغال بالجهاد.





تذكرة للزوج

١- اعلم أنك أنت القوام وأنك أنت صاحب الحكمة، وأنت القادر على التدبير، وأنت الذي لديك القدرة على السيطرة على عواطف المرأة، ولا تنس أن القوامة ما هي إلا تكليف من الله وليست تشريفًا، لذا لابد أن تؤدي مقتضيات القوامة، فأد حق زوجتك في قوامتك تؤدي زوجتك حق طاعتك.



٢- تذكر أنك تعاشر امرأة لابد لك من معاشرتها، وأن لديها عواطف ومشاعر وأن لها نفسًا تحزن وتقلق وأنها تفكر وتعقل كما تفكر أنت وتعقل، فلابد أن تعامل زوجتك كما تحب أن تعاملك هي، فأحسسها بكيانها، إذا أردت أن تشرب شيئًا فستضع في الكوب ما تريد أن تشربه، فامرأتك مثل الكوب تضع فيه ما يحلو

لـك أن تـشربه، فـإذا عاملتهـا بلطـف ورفـق ولـين ستجدها حانيـة عليـك، فـالمرأة تحتـاج إلى حـسن تعامـل وإلى رقـة ونعومـة وإلى جاذبية وإلى كلمة شوق وإظهار إعجاب.

٣- عليك أن تجدد مع زوجتك أيام الخطوبة وأول الزواج، وذلك بالخروج مع الزوجة بمفردكما بدون الأولاد أو بإهدائها وردة جميلة أو الجلوس معها في مكان هادئ أو كتابة أبيات شعر رقيقة لها، أعظم ما يفعله الإنسان أن يدخل السرور على أهل بيته، وتـذكر أن هـذه الـدنيا قـصيرة فعليـك أن تـستعيد تلـك الأيـام السعيدة.

٤ - اعلم أن مدخل المرأة هو الكلمة الطيبة.

وليس من الضعف أن يظهر الرجل لزوجته الحب، ولقد أعلن النبي أمام الناس أنه يحب عائشة.

عليك أيها الزوج أن تظهر إعجابك بطعام زوجتك وبطريقة ملابسها واعلم أن هذا لا ينقص من رجولتك شيئًا.

كما يجب أن تكون لك مع زوجتك وقت للنصيحة، فعندما أراد النبي صلى الله عليه وسلم أن ينصح معاذًا قال له إني أحبك في الله، عَنْ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ، أَنَّ رَسُولَ الله – صَلَّى الله عَلَيْهِ وَسَلَّمَ – أَخَذَ بِيَدِهِ وَقَالَ: "يَا مُعَاذُ، وَالله إِنِّي لَأُحِبُّكَ، وَالله إِنِّي لَأُحِبُّكَ، ثم قَالَ: أُوصِيكَ يَا مُعَاذُ: لَا تَدَعَنَّ فِي دُبُرِ كُلِّ صَلَاةٍ تَقُولُ: اللهمَّ أَعِنِّي عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ.(رواه أبو داود).





خاتمة

لقد تعرفنا على أسباب العناد عند الزوجين، والتي تختلف باختلاف التربية الأسرية، والعلاقات الوالدية، وأسلوب الثواب والعقاب، ومستوى الوعي الثقافي والفكري، ودرجة النضج والإدراك، إلى غير ذلك من أسباب.

كما تعرفنا على العلاج لهذه الظاهرة والذي يتمثل في دراسة كل حالة على حدة، ومعرفة الأسباب التي دفعتها للعناد، ثم معالجتها، مع إكساب الزوجين مهارات وطرق التعامل اللازمة، وتزويدهما بكيفية التعامل مع الإنسان العنيد الذي يحتاج إلى أسلوب اللطف واللين مع دفء المعاملة،والمرونة في المواقف،

ومحاورتـه بأسـلوب منطقـي واقعـي حتـى يرتقـي فكـره وتنـضج انفعالاته.

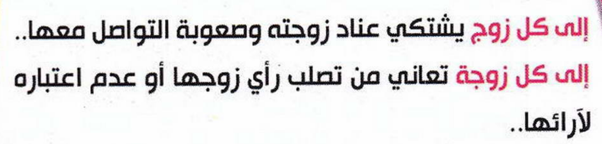
ولم يبقَ سوى أن يعيد كل زوج أو زوجة حساباتهما، ويصلحا من شخصيهما بما يعود في النهاية بالنفع عليهما وعلى أبنائهما.



الفهرس



هذا الكتاب



إلى كل زوج يشتكي عناد زوجته وصعوبة التواصل معها..

إلى كل زوجة تعاني من تصلب رأي زوجها أو عدم اعتباره لآرائها..

إلى كل من يجهل طبيعة شريك حياته.. أو لا يُقْدِر اهتماماته الشخصية..

إلى الراغبين في معرفة فنون وأسرار التواصل الأسري من الجنسين..

نهديكم هذا الكتاب والذي هو عبارة عن رسائل مفيدة ونصائح قيّمة تمس تلك المشكلة.

و للوقوف على أسبابها التي تعاني منها بيوتنا وبيان الحلول الناجحة المستمدة من واقع التجارب الحياتية

كان هذا الكتاب........

الناشر



مؤسسة بداية

إنتاج - نشر - توزيع

4 ش الإسراء - ميدان لبنان - المهندسين - ج.م.ع

ت : 774 8 44 33 - 709 23 330 (202+)

فاكس : 709 23 330 (202+) جوال: 0105738030 (2+)

Web: WWW.Darbedaia.COM

Email: bedaiasound@hotmail.com

Darbedaia@Yahoo.com

D: Khaled Hlekal 0107847901


حصريات
مجلة
الابتسامة